



**You have downloaded a document from  
RE-BUS  
repository of the University of Silesia in Katowice**

**Title:** La concettualizzazione di alcuni stati di coscienza alterata nella lingua italiana : analisi linguistico-cognitiva

**Author:** Anna Kuncy-Zajac

**Citation style:** Kuncy-Zajac Anna. (2014). La concettualizzazione di alcuni stati di coscienza alterata nella lingua italiana : analisi linguistico-cognitiva. Katowice : Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.



Uznanie autorstwa - Użycie niekomercyjne - Bez utworów zależnych Polska - Licencja ta zezwala na rozpowszechnianie, przedstawianie i wykonywanie utworu jedynie w celach niekomercyjnych oraz pod warunkiem zachowania go w oryginalnej postaci (nie tworzenia utworów zależnych).



UNIWERSYTET ŚLĄSKI  
W KATOWICACH



Biblioteka  
Uniwersytetu Śląskiego



Ministerstwo Nauki  
i Szkolnictwa Wyższego

Anna Kuncy-Zajac

La concettualizzazione  
di alcuni stati di coscienza alterata  
nella lingua italiana  
Analisi linguistico-cognitiva



WYDAWNICTWO  
UNIwersYTETU ŚLĄSKIEGO  
KATOWICE 2014



La concettualizzazione  
di alcuni stati di coscienza alterata  
nella lingua italiana  
Analisi linguistico-cognitiva



NR 3184

Anna Kuncy-Zajac

La concettualizzazione  
di alcuni stati di coscienza alterata  
nella lingua italiana

Analisi linguistico-cognitiva

Redaktor serii: Językoznawstwo Neofilologiczne  
Maria Wysocka

Recenzent  
Maria Malinowska

Na okładce fotografia autorstwa Anny Kuncy-Zajac

Redakcja: Barbara Malska  
Projekt okładki: Małgorzata Pleśniar  
Redakcja techniczna: Barbara Arenhövel  
Korekta: Wiesława Piskor  
Łamanie: Edward Wilk

Copyright © 2014 by  
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego  
Wszelkie prawa zastrzeżone

ISSN 0208-6336  
ISBN 978-83-226-2268-1  
(wersja drukowana)  
ISBN 978-83-8012-100-3  
(wersja elektroniczna)

Wydawca  
**Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego**  
**ul. Bankowa 12B, 40-007 Katowice**  
[www.wydawnictwo.us.edu.pl](http://www.wydawnictwo.us.edu.pl)  
e-mail: [wydawus@us.edu.pl](mailto:wydawus@us.edu.pl)

---

Wydanie I. Ark. druk. 13,5. Ark. wyd. 16,5.  
Papier Alto, 80 g, vol. 1.5      Cena 32 zł (+ VAT)

---

Druk i oprawa: „TOTEM.COM.PL Sp. z o.o.” Sp.K.  
ul. Jacewska 89, 88-100 Inowrocław

# Indice generale

Premessa . . . . .	9
Parte I	
La rappresentazione della realtà nella mente umana	
1. Due visioni della mente . . . . .	13
2. Le scienze cognitive della mente incorporata . . . . .	15
2.1. Gli schemi d'immagine . . . . .	15
2.1.1. Le origini e la definizione della nozione . . . . .	15
2.1.2. L'evoluzione della nozione degli schemi d'immagine e la sua discussione nei vari campi scientifici . . . . .	17
2.1.3. Lo schema di CONTENITORE . . . . .	19
2.1.4. Lo schema ORIGINE – PERCORSO – META . . . . .	20
2.1.5. Lo schema DAVANTI – DIETRO . . . . .	21
2.1.6. Lo schema PARTE – TUTTO . . . . .	22
2.1.7. Lo schema di LEGAME . . . . .	23
2.1.8. Lo schema CENTRO – PERIFERIA . . . . .	23
2.1.9. Lo schema SU – GIÙ . . . . .	23
2.1.10. Gli schemi d'immagine nei concetti astratti . . . . .	24
2.2. La teoria cognitiva della metafora . . . . .	24
2.2.1. La metafora come strumento del pensiero . . . . .	25
2.2.2. La metafora primaria e la metafora complessa . . . . .	28
2.2.3. La classificazione delle metafore di George Lakoff e Mark Johnson e la proposta di Christa Baldauf . . . . .	31
2.2.4. La revisione critica di Olaf Jäkel della teoria cognitiva della metafora . . . . .	33
2.2.5. I precursori della teoria cognitiva della metafora . . . . .	35
2.3. I modelli cognitivi idealizzati di George Lakoff . . . . .	38
2.3.1. I modelli proposizionali . . . . .	39
2.3.2. I modelli metonimici e la nozione di metonimia. . . . .	40
2.3.3. I modelli simbolici . . . . .	43
2.3.4. Le relazioni tra i vari tipi di ICM . . . . .	43
2.4. Applicazioni dei modelli concettuali all'analisi dei <i>sentimenti</i> . . . . .	44



3. I ruoli tematici . . . . .	47
3.1. Varietà di termini e di approcci . . . . .	47
3.2. I problemi nell'identificazione dei ruoli tematici . . . . .	48
3.3. I proto-ruoli tematici di David Dowty . . . . .	51

## Parte II

### Analisi di modelli metaforici di alcuni stati di coscienza alterata

1. La scelta del termine e la sua definizione . . . . .	57
2. La concettualizzazione del <i>sonno</i> . . . . .	61
2.1. Le definizioni del <i>sonno</i> e le caratteristiche del concetto . . . . .	61
2.2. Il <i>sonno</i> e altri stati di coscienza . . . . .	63
2.2.1. Il <i>sonno</i> e la <i>morte</i> . . . . .	64
2.3. Il <i>sonno</i> come <i>oggetto</i> e come <i>sostanza</i> . . . . .	68
2.4. Gli schemi d'immagine nella concettualizzazione del <i>sonno</i> . . . . .	70
2.4.1. Il <i>movimento</i> e lo <i>spazio</i> nel concetto di <i>sonno</i> . . . . .	71
2.4.2. Il <i>sonno</i> come <i>cosa desiderata</i> . . . . .	78
2.5. Il <i>sonno</i> come <i>avversario</i> . . . . .	81
2.6. Il <i>sonno</i> come <i>persona</i> . . . . .	82
2.7. Il <i>sonno</i> come <i>disciplina</i> . . . . .	83
2.8. Il <i>liquido</i> e la <i>corrente</i> nel concetto di <i>sonno</i> . . . . .	84
2.9. Il riassunto dell'analisi del <i>sonno</i> . . . . .	85
3. La concettualizzazione del <i>sogno</i> . . . . .	87
3.1. Le definizioni del <i>sogno</i> e le caratteristiche del concetto . . . . .	87
3.2. Il <i>sogno</i> e gli altri stati di coscienza . . . . .	88
3.2.1. Il <i>sogno</i> e il <i>sonno</i> . . . . .	90
3.3. Il <i>sogno</i> come <i>oggetto</i> . . . . .	91
3.4. Il <i>movimento</i> e lo <i>spazio</i> nel concetto di <i>sogno</i> . . . . .	93
3.4.1. Il <i>passaggio</i> nel concetto di <i>sogno</i> . . . . .	93
3.4.2. Il <i>sogno</i> come <i>spazio</i> e la metafora del contenitore . . . . .	96
3.5. Il <i>sogno</i> e il concetto di <i>liquido</i> . . . . .	101
3.6. La <i>comunicazione</i> nel concetto di <i>sogno</i> . . . . .	102
3.6.1. Il <i>sogno</i> come <i>atto di comunicazione</i> . . . . .	102
3.6.2. Il <i>sogno</i> come <i>elemento</i> dell'atto comunicativo . . . . .	103
3.6.3. Il <i>sogno</i> come <i>film</i> . . . . .	104
3.6.4. Il <i>sogno</i> come <i>spettacolo</i> . . . . .	106
3.6.5. Il <i>sogno</i> come <i>quadro</i> . . . . .	107
3.6.6. Il <i>sogno</i> come <i>libro</i> . . . . .	108
3.7. Il <i>sogno</i> come <i>organismo vivo</i> . . . . .	109
3.7.1. Il <i>sogno</i> come <i>persona</i> . . . . .	109
3.7.2. Il <i>sogno</i> come <i>pianta</i> . . . . .	112
3.8. Il <i>sogno</i> come <i>oggetto di studio</i> . . . . .	113
3.9. Il <i>valore positivo</i> nel concetto di <i>sogno</i> . . . . .	114
3.10. Il <i>sogno</i> e la <i>realtà</i> . . . . .	115
3.11. Il riassunto dell'analisi del <i>sogno</i> . . . . .	116

4. La concettualizzazione della <i>meditazione</i> . . . . .	119
4.1. Le definizioni della <i>meditazione</i> e le caratteristiche del concetto . . . . .	119
4.2. Le tecniche meditative e lo stato meditativo nel concetto di <i>meditazione</i> . . . . .	121
4.3. Il <i>movimento</i> e lo <i>spazio</i> nel concetto di <i>meditazione</i> . . . . .	123
4.3.1. La <i>meditazione</i> e la metafora del <i>viaggio</i> . . . . .	123
4.3.2. La <i>meditazione</i> come <i>spazio</i> e la metafora del <i>contenitore</i> . . . . .	126
4.4. La <i>meditazione</i> e il concetto di <i>liquido</i> . . . . .	130
4.5. La <i>meditazione</i> come <i>mezzo</i> . . . . .	131
4.5.1. La <i>meditazione</i> come <i>cura</i> . . . . .	133
4.6. La <i>meditazione</i> come <i>disciplina sportiva</i> . . . . .	134
4.7. La <i>meditazione</i> come <i>organismo vivo</i> . . . . .	135
4.7.1. La <i>meditazione</i> come <i>persona</i> . . . . .	136
4.7.2. La <i>meditazione</i> come <i>pianta</i> . . . . .	136
4.8. Il riassunto dell'analisi della <i>meditazione</i> . . . . .	138
5. La concettualizzazione dell' <i>ipnosi</i> . . . . .	141
5.1. La definizione dell' <i>ipnosi</i> e le caratteristiche del concetto . . . . .	141
5.2. L' <i>ipnosi</i> e gli altri stati di coscienza . . . . .	142
5.3. Il <i>movimento</i> e lo <i>spazio</i> nel concetto d' <i>ipnosi</i> . . . . .	145
5.3.1. L' <i>ipnosi</i> come <i>spazio chiuso</i> . . . . .	147
5.3.2. Il concetto d' <i>ipnosi</i> e lo schema su – giù . . . . .	149
5.3.2.1. Il passaggio all' <i>ipnosi</i> come moto all'ingiù. . . . .	150
5.3.2.2. La relazione tra l' <i>ipnosi</i> e il soggetto ipnotizzato . . . . .	152
5.4. L' <i>ipnosi</i> come <i>avversario</i> . . . . .	153
5.5. L' <i>ipnosi</i> e il concetto di <i>liquido</i> . . . . .	154
5.6. L' <i>ipnosi</i> come <i>mezzo</i> . . . . .	155
5.6.1. L' <i>ipnosi</i> come <i>mezzo di guarigione</i> . . . . .	157
5.7. La <i>comunicazione</i> nel concetto d' <i>ipnosi</i> . . . . .	159
5.8. L' <i>ipnosi</i> come <i>persona</i> . . . . .	160
5.9. L' <i>ipnosi</i> : una <i>disciplina</i> o una <i>pratica religiosa</i> ? . . . . .	161
5.10. Il riassunto dell'analisi dell' <i>ipnosi</i> . . . . .	163
Conclusioni . . . . .	165
Riferimenti bibliografici . . . . .	179
Indice dei nomi . . . . .	201
Indice dei termini . . . . .	204
Indice delle metafore e dei concetti . . . . .	207
Streszczenie . . . . .	213
Summary . . . . .	215



# Premessa

## Oggetto di studio

*Coscienza: la consapevolezza che l'uomo ha di sé e del mondo esterno* (De Mauro Paravia on-line), è così strettamente legata alla vita umana che la sua perdita rievoca il concetto di *morte* nell'espressione *tramortire*. Nella nostra dissertazione presenteremo le concettualizzazioni di vari stati in cui la nostra coscienza viene alterata. Come oggetto del nostro studio abbiamo scelto quattro stati di coscienza alterata, di cui due: *sonno* e *sogno* sono conosciuti e sperimentati da tutti, invece riguardo agli altri due, cioè *meditazione* e *ipnosi*, la maggioranza della popolazione possiede scarsa esperienza diretta.

## Quadro teorico

Per raggiungere il nostro scopo ci serviremo soprattutto della teoria cognitiva della metafora proposta da George Lakoff e Mark Johnson (1980) e revisionata da Christa Baldauf (1997) e Olaf Jäkel (2003). Inoltre indicheremo il ruolo dell'esperienza corporea nella rappresentazione dei concetti astratti che viene evidenziata tramite gli schemi d'immagine costituenti la base della metafora concettuale. Per l'analisi dei verbi indicanti il passaggio dalla *veglia* a ognuno degli stati esaminati e vice versa, impiegheremo la teoria dei proto-ruoli tematici di David Dowty (1991), che arricchirà il nostro studio facilitando l'osservazione di alcune caratteristiche dello sperimentatore nel momento del cambio dello stato di coscienza, le quali possono influire sulla visione dello stato stesso.

## Struttura della tesi

Nella prima parte della nostra tesi, oltre ad una descrizione dettagliata degli strumenti linguistici utilizzati durante l'indagine, presenteremo pure alcuni esempi di applicazione dei modelli cognitivistici all'analisi dei *sentimenti*.

Nella parte analitica esporremo le caratteristiche di ogni concetto esaminato fornite dai dizionari e dalle opere scientifiche di psicologia, neurologia, psicoterapia e campi affini. Inoltre esamineremo le relazioni tra vari stati di coscienza alterata che si manifestano nella lingua italiana, ma soprattutto cercheremo di individuare le metafore attraverso le quali avviene la concettualizzazione degli stati di *sonno*, di *sogno*, di *meditazione* e d'*ipnosi*.

Affinché la visione emersa dal nostro lavoro rappresenti il quadro attuale degli stati di coscienza esaminati, abbiamo basato la nostra analisi sui testi pubblicati nella maggior parte su Internet entro gli ultimi quindici anni. Un gruppo meno numeroso è costituito dai testi elettronici e in stampa divulgati negli ultimi decenni del XX secolo. Tuttavia, per far sì che il nostro studio prenda in considerazione la prospettiva di vari gruppi sociali della comunità linguistica, il corpus da noi scelto non è omogeneo.

In totale, durante la nostra indagine abbiamo consultato 430 testi, tra cui 140 sono gli interventi su vari forum e blog, 102 provengono dai siti specialistici e divulgativi dedicati alla salute, al benessere e alle scienze che studiano la mente umana, invece 50 pagine web consultate descrivono i concetti da noi analizzati dalla prospettiva filosofica e religiosa. Quasi il venti per cento del nostro corpus è costituito dai testi pubblicati sulla Rete che variano per struttura e per tematica principale. Inoltre, abbiamo consultato 27 articoli derivati dalle versioni elettroniche di giornali e periodici e 35 libri presentanti gli stati di coscienza alterata da diversi punti di vista, cominciando dalla visione scientifica, attraverso una prospettiva religiosa o letteraria, finendo con una rappresentazione dei miti e credenze popolari sui fenomeni esaminati.

Riassumendo i risultati della nostra analisi forniremo i modelli cognitivi dei concetti di *sonno*, di *sogno*, di *meditazione* e d'*ipnosi* indicanti relazioni tra varie concettualizzazioni di ogni stato. Inoltre cercheremo di dimostrare le somiglianze e le differenze esistenti tra le visioni concettuali degli stati esaminati.

## Parte I

# La rappresentazione della realtà nella mente umana



# 1. Due visioni della mente

Una delle questioni fondamentali delle scienze che studiano la cognizione dell'uomo riguarda il modo in cui vengono forniti e organizzati dei dati nella mente umana. Già nell'ambito delle scienze cognitive possiamo trovare due approcci filosofici e, di conseguenza, due visioni della mente stessa, che nella gran parte determinano la risposta a quella domanda principale.

L'uno degli approcci rappresenta la *prima generazione delle scienze cognitive*, come la chiamano George Lakoff e Mark Johnson (1999: 75), fondata sulla filosofia della mente anglo-americana, la cui corrente principale negli anni '80 era il *funzionalismo*. Da questa tendenza risulta l'idea della mente disincorporata, secondo la quale la mente può essere studiata attraverso l'osservazione delle relazioni funzionali esistenti tra i concetti rappresentati simbolicamente. In quest'ottica i pensieri e le altre attività cognitive sono operazioni formali sui simboli, senza riguardo al loro significato. La mente, invece, viene presentata attraverso la metafora del computer, in cui:

- il cervello è il computer stesso,
- la mente è un programma,
- i concetti sono dei simboli formali,
- il sistema concettuale è il linguaggio del computer,
- i pensieri sono le sequenze dei simboli formali,
- il pensare è la manipolazione dei simboli formali,
- la memoria è la base di dati,
- il sapere è il contenuto della base di dati, ecc.

(cfr. Lakoff e Johnson, 1999: 257).

Nell'ambito di tale visione si sono formati due modi di definire il significato e la rappresentazione mentale. Nel primo caso la rappresentazione è vista come la rappresentazione del concetto, il quale è definito esclusivamente in termini delle sue relazioni con gli altri concetti all'interno del sistema formale. Nel secondo, i simboli ottengono i loro significati attraverso il riferimento alla realtà esteriore, cioè sono le rappresentazioni simboliche del mondo esteriore. L'ultima proposta deriva dall'idea di Gottlob Frege (1892) che i significati racchiusi nelle lingue naturali sono pubblicamente



accessibili, oggettivi, e indipendenti dalla mente o dal cervello umano (cfr. Lakoff e Johnson, 1999: 76, 258).

Per le scienze cognitive della mente disincorporata l'unico legame tra la mente e il corpo è il fatto che la mente "si trova" nel cervello. Questo legame non ha carattere funzionale. La mente ha bisogno del cervello solo nello stesso modo in cui il programma / *software* ha bisogno del computer / *hardware*, ma il suo funzionamento non dipende né dal cervello né dalle caratteristiche del corpo umano. Anche la loro visione del pensiero come letterale e non immaginativo era opposta a quella presentata dalla seconda generazione delle scienze cognitive.

Contrariamente all'ipotesi filosofica assunta dall'impostazione tradizionale della ricerca in AI secondo la quale "il cervello manipoli simboli che assumono significato riferendosi ad un mondo oggettivamente costruito, la cui conoscenza è indipendente dalla struttura del conoscente" (Pezzuolo, 1999: 75), la seconda generazione delle scienze cognitive afferma che la natura della mente umana e i processi mentali come formazione di pensieri, concettualizzazione, categorizzazione ecc. sono fortemente determinati dalla forma del corpo umano, cioè, che l'uomo crea le strutture concettuali basandosi sull'esperienza del proprio corpo.

La conferma di questa tesi si trova, fra l'altro, negli schemi individuati da Jean Piaget (1964) in base ai quali il bambino sviluppa la propria intelligenza senso-motoria. George Lakoff e Mark Johnson nella loro opera *Philosophy in the Flesh* (1999) sostengono che l'abilità dell'uomo di ragionare non è totalmente autonoma né separata dalle capacità del nostro corpo come percezione o movimento, ma usa le proprietà del corpo umano da cui spunta e a cui è strettamente legata. Per di più, la nostra visione della realtà e lo stesso riconoscimento di qualcosa come reale o non reale dipende nella maggior parte dal nostro apparato senso-motorio e dalle strutture del nostro cervello formate dall'evoluzione e dall'esperienza. Gli autori lo dimostrano dando l'esempio della categorizzazione come abilità di ogni essere vivente, la quale dipende dalle caratteristiche del corpo e dalla sua interazione con il mondo. Notano che l'occhio umano composto da cento milioni di cellule che funzionano come ricettori della luce e da solo un milione di fibre ottiche deve per forza ridurre la complessità dell'immagine che viene trasmessa al cervello, categorizzando l'informazione ricevuta. Inoltre i nostri corpi e cervelli non solo determinano il fatto di categorizzare, ma anche la maniera in cui avviene. Una prova di quella determinazione è l'esistenza del concetto di *colore*: anche se i colori non esistono oggettivamente nel mondo esteriore, sono percepiti come tali a causa del modo in cui funziona il nostro apparato visivo (cfr. Lakoff e Johnson, 1999: 17–18, 23–26). Anche la natura gestaltica dei concetti può essere spiegata dal fatto che la nostra percezione visiva avviene in modo olistico e non atomistico.

## 2. Le scienze cognitive della mente incorporata

### 2.1. Gli schemi d'immagine

L'abilità della mente di sovrapporre gli schemi derivanti dalla nostra esperienza corporea sui concetti astratti attraverso le metafore è un argomento in favore di un'altra tesi importante per le scienze cognitive della mente incorporata, cioè del carattere immaginativo del pensiero. I capitoli successivi tratteranno dell'origine di questi schemi e della loro funzione nel processo di concettualizzazione.

#### 2.1.1. Le origini e la definizione della nozione

Conformemente alla teoria della mente incorporata, la forma del corpo e il suo funzionamento nell'ambiente determina il nostro modo di concepire la realtà. Mark Turner (1991: 69) richiamando il pensiero di Hermann Weyl (1983: 126) secondo il quale *the visible characteristics of physical objects usually are the results of constitution and environment*, conferma questa tesi presentando tre diversi tipi di corpo e le loro relazioni con l'ambiente:

- un piccolo organismo sferico galleggiante nell'oceano, che non distingue le direzioni, dato che le sue interazioni con il mondo circostante sono uguali indipendentemente dalla direzione;
- un albero radicato al suolo che deve interagire con la gravità e per cui sopra è diverso da sotto ma non distingue le direzioni perpendicolari alla sua asse verticale, il che rispecchia la forma del suo corpo;
- un organismo autopropulso, sottoposto alla gravità, che oltre la distinzione tra sopra e sotto interagisce in modo diverso con l'ambiente che si trova DAVANTI e DIETRO di esso.

Come esempio del terzo tipo d'organismo Turner indica il corpo umano, che essendo diverso nelle parti superiore, inferiore, anteriore e posteriore, distingue le relazioni spaziali come sopra—sotto, davanti—dietro. Anche il fatto che siamo bilateralmente simmetrici ha le sue conseguenze nella nostra comprensione del mondo:

We have a felt, schematic, embodied understanding of bilateral symmetry, and we employ this schematic understanding constantly, moment to moment, in every aspect of our existence, to make sense of our world and to interact with it. [...] This schematic understanding operates across modes of perception, activity, and imagination.

(Turner, 1991: 70)

Turner non è il primo che ha osservato l'esistenza degli schemi derivanti dall'esperienza corporea, attraverso i quali comprendiamo il mondo.

Per rendere evidente la natura senso-motoria di questo tipo di schemi, che li distingue dalle nozioni di schema di Immanuel Kant (1968) o di script di Roger Schank e Robert P. Abelson (1977) è stato coniato il termine "schema d'immagine" (*image schema*), che per la prima volta appare nel 1987 quasi simultaneamente nella monografia di George Lakoff *Women, Fire and Dangerous Things* e nell'opera di Mark Johnson *The Body in the Mind*, in cui l'autore lo definisce:

An image schema is a recurring, dynamic pattern of our perceptual interactions and motor programs that gives coherence and structure to our experience. [...] 'Experience' [...] is to be understood in a very rich, broad sense as including basic perceptual, motor-program, emotional, historical, social and linguistic dimensions.

(Johnson, 1987: xiv, xvi)

Johnson riferendosi alla nozione di schema proposta da Kant (1968) sottolinea il ruolo dell'immaginazione, riconosciuta dal filosofo tedesco di essere la sede del significato, del pensiero e del giudizio umano:

Kant correctly recognized the schematizing, form-giving function of human imagination. Imagination is not an activity of alleged pure understanding or reason, but rather is an embodied process of human meaning-making that is responsible for the order, quality, and significance in terms of which we are able to make sense of our experience.

(Johnson, 2005: 17)

È tuttavia opposto alle dicotomie come forma vs materia, mentale vs fisico, puro vs empirico o cognizione vs emozione, presenti nel sistema metafisico di Kant:

What we call “mind” and “body” are not separate things. Rather, we use these terms to make sense of various aspects of the flow of our experience. Image schemas are some of the basic patterns of that flow.

(Johnson, 2005: 18)

Perciò, come ispirazione della nozione degli schemi d’immagine radicati nell’idea della mente incorporata Mark Johnson indica le teorie di filosofi come William James (1890), John Dewey (1958) e Maurice Merleau-Ponty (1962), per cui la mente e il corpo non sono due cose distinte, legate insieme, ma due aspetti delle continue interazioni tra l’organismo e l’ambiente, nello stesso tempo fisiche e mentali.

### 2.1.2. L’evoluzione della nozione degli schemi d’immagine e la sua discussione nei vari campi scientifici

Nonostante l’uguaglianza del termine presentato nello stesso tempo da Lakoff (1987) e Johnson (1987), dobbiamo ricordare che i punti d’interesse, le fonti d’ispirazione e la prospettiva da cui erano studiati gli schemi d’immagine dal filosofo e dal linguista non sempre coincidevano (cfr. Lakoff, 1987: 459–461; Dodge, Lakoff, 2005: 57–92 e Johnson, 1987: 19–21; 2005: 15–34). Delle differenze si ritrovano anche negli elenchi degli schemi d’immagine presentati dai due studiosi.

La proposta di Johnson è numerosa e complessa. Lo studioso divide gli schemi d’immagine in tre gruppi:

- il gruppo spazio-motorio (*Spatial Motion Group*), al quale appartengono gli schemi di: CONTENIMENTO (*CONTAINMENT*), PERCORSO (*PATH*), ORIGINE — PERCORSO — META (*SOURCE — PATH — GOAL*), OSTRUZIONE (*BLOCKAGE*), CENTRO — PERIFERIA (*CENTER — PERIPHERY*), CICLO (*CYCLE*), CULMINE CICLICO (*CYCLIC CLIMAX*);
- il gruppo di forza (*Force Group*), basato sulla *Dinamica di Forza* di Leonard Talmy (1983): COSTRIZIONE (*COMPULSION*), CONTRAFFORZA (*COUNTERFORCE*), DIVERSIONE (*DIVERSION*), ELIMINAZIONE DELLA RESTRIZIONE (*REMOVAL OF RESTRAINT*), RENDERE POSSIBILE (*ENABLEMENT*), ATTRAZIONE (*ATTRACTION*), LEGAME (*LINK*), SCALA (*SCALE*);
- il gruppo di equilibrio (*Balance Group*) in cui vengono distinti degli schemi a seconda del punto di riferimento del bilanciamento (*AXIS BALANCE, POINT BALANCE, TWIN-PAN BALANCE, EQUILIBRIO*).

Oltre agli schemi appartenenti ai tre gruppi presentati, Johnson elenca anche degli altri schemi come: PROCESSO (*PROCESS*), COLLEZIONE (*COLLECTION*),

OGGETTO (*OBJECT*), SUPERFICIE (*SURFACE*), CONTATTO (*CONTACT*), PIENO — VUOTO (*FULL — EMPTY*), ITERAZIONE (*ITERATION*), PARTE — TUTTO (*PART — WHOLE*), FRAZIONAMENTO (*SPLITTING*), FUSIONE (*MERGING*), ACCOPPIAMENTO (*MATCHING*), SOVRAPPOSIZIONE (*SUPERIMPOSITION*), VICINO — LONTANO (*NEAR — FAR*), DI MASSA — NUMERABILE (*MASS — COUNT*), i quali, però, non ha discusso nella sua opera.

Lakoff, nel suo libro del 1987, nomina soprattutto degli schemi del gruppo spazio-motorio (*kinesthetic image schemas*: Lakoff, 1987: 271) come: CONTENITORE, ORIGINE — PERCORSO — META, LEGAME, PARTE — TUTTO, CENTRO — PERIFERIA, SU — GIÙ, DAVANTI — DIETRO (Lakoff, 1987: 282–283) avvertendo però che non esclude l'esistenza degli altri schemi che dovrebbero trovarsi sulla lista.

Dal momento della sua nascita, la nozione degli schemi d'immagine suscita l'interesse di molti studiosi di varie discipline come filosofia (cfr. M. Johnson, 1987), psicologia e linguistica cognitiva (cfr. Lakoff, 1987; Deane, 1992, 1993; Dewell, 1994; Kreitzer, 1997), neuroscienze (cfr. Deane, 1991, 1995; Gallese e Lakoff, 2005; Dodge e Lakoff, 2005), informatica (cfr. Lakoff e Johnson, 1999: 569–583), antropologia cognitiva (cfr. Quinn, 1991; Shore, 1996; Sinha e Jensen de López, 2000) o retorica cognitiva (cfr. Turner, 1991: 99–120), che la studiano da tanti punti di vista, utilizzando diversi strumenti d'analisi. Questa varietà di approcci ha causato una viva discussione che riguarda sia la definizione della nozione, sia i criteri secondo i quali dovrebbero essere distinti e inventariati gli schemi d'immagine. Jordan Zlatev nella sua opera del 1997 disputa della loro natura preconettuale e inconscia e della fondatezza di trattarli come primitivi o universali (cfr. Zlatev, 1997: 40–43). Anatol Kreitzer, (1997: 293) propone la divisione degli schemi secondo il loro livello della schematizzazione, distinguendo così:

- gli schemi di livello componente, che sono indivisibili e costituiscono la più semplice schematizzazione degli oggetti;
- gli schemi di livello relativo, decomponibili in *trajector* e *landmark*, che rappresentano la concettualizzazione delle relazioni spaziali espresse dalle preposizioni;
- gli schemi di livello integrativo, in cui gli schemi di livello relativo sono integrati sul livello della frase con altri schemi.

Molti studiosi suggeriscono di aggiungere dei nuovi schemi come CORPO (*BODY*) (Gallagher, 2007) o MOVIMENTO RETTILINEO (*RECTILINEAR MOTION*) (Cienki, 1998). Anche nelle opere di Lakoff e Johnson ritroviamo nomi di schemi nuovi o modificati rispetto all'elenco del 1987. Mark Johnson, per esempio, nel suo articolo *The philosophical significance of image schemas* (2005: 15–34) menziona degli schemi assenti nell'elenco originario come ORIZZONTE (*HORIZON*), POSIZIONE VERTICALE (*VERTICALITY*) e sostituisce lo schema di CONTENIMENTO (*CONTAINMENT*) con CONTENITORE (*CONTAINER*) e SCALA

(SCALE) CON SCALARITÀ (SCALARITY). Lakoff, intanto, accetta la proposta di Jean M. Mandler (1992) di distinguere lo schema di LOCOMOZIONE (LOCOMOTION) (cfr. Dodge, Lakoff, 2005: 68–69).

Possiamo anche notare dei cambiamenti nella nomenclatura della classificazione degli schemi d'immagine. Gli autori di *Philosophy in the Flesh* nella loro opera sostengono:

One of the important discoveries of cognitive science is that the conceptual systems used in the world's languages make use of a relatively small number of basic image schemas, though the range of complex spatial relations that can be built out of these schemas is very large.

(Lakoff e Johnson, 1999: 35–36)

Invece nell'articolo successivo di Johnson (2005: 21) possiamo leggere: "Many complex image schemas are built up from the basic ones through processes of combination, superimposition, and further elaboration or specification". Successivamente l'autore dà esempio della sovrapposizione dello schema ORIGINE — PERCORSO — META sullo schema di CONTENITORE nelle preposizioni inglesi *into* e *out of*. Il fatto di accettare complesse relazioni spaziali come un tipo di schemi d'immagine implica l'impossibilità di trattare questi ultimi come primitivi.

Vista la quantità delle differenze nelle visioni e classificazioni degli schemi d'immagine e l'evoluzione continua della nozione, non siamo in grado di presentare nella nostra opera tutto il ventaglio degli approcci e delle teorie legati a questo termine ma volevamo in breve accennare la complessità del problema prima di passare alla descrizione più approfondita della classificazione scelta come uno strumento della nostra indagine.

Nella nostra analisi ci serviremo soprattutto degli schemi d'immagine riconosciuti da Lakoff (1987: 271–278) come base delle metafore spaziali, molto frequenti nella concettualizzazione degli stati di coscienza alterata. Alcuni di questi schemi sono stati presentati dettagliatamente nell'opera di Lakoff e Johnson (1999: 30–34) come fondamentali per il nostro sistema concettuale. Dato che essi svolgono un ruolo importante anche nella comprensione dei concetti astratti analizzati in questo lavoro, ci permetteremo di riassumere la loro descrizione nei capitoli successivi.

### 2.1.3. Lo schema di CONTENITORE

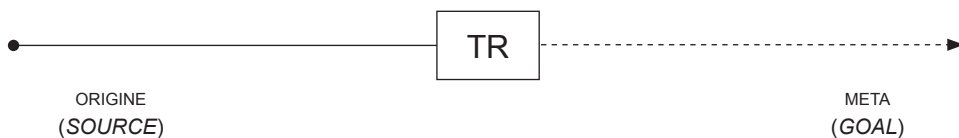
Come tutti gli altri schemi d'immagine, lo schema di CONTENITORE è concettuale e può essere fisicamente rappresentato o come un oggetto concreto

(es. *una stanza* o *una tazza*) oppure come uno spazio delimitato (es. *campo da calcio*, *pista da ballo*). Nonostante che la sua rappresentazione fisica sia legata alla percezione visiva, lo schema di CONTENITORE può essere imposto non solo alla scena visuale, ma anche a un'esperienza uditiva come un brano di musica oppure a un movimento, come quando, insegnando un nuovo passo di ballo, l'istruttore lo divide in parti e spiega che cosa avviene 'dentro' ognuna di loro.

Lo schema di CONTENITORE ha una struttura gestaltica ed è composto dell'*interno*, del *confine* e dell'*esterno*. Ognuno di questi elementi separato dagli altri perde il senso senza una visione olistica (cfr. Lakoff e Johnson, 1999: 32). Nella scena rappresentata dalla frase *Marco si trova in cucina* è profilata la parte interiore dello schema di CONTENITORE, mentre cucina è il punto di riferimento (*landmark*) della posizione di Marco (*trajectory*). La situazione è più complessa quando il traiettore si avvicina o allontana dal contrassegno, come nelle frasi *L'insegnante entra in classe* o *Maria esce da casa*. In questi casi sullo schema di CONTENITORE viene sovrapposto lo schema ORIGINE — PERCORSO — META.

#### 2.1.4. Lo schema ORIGINE — PERCORSO — META

Lo schema ORIGINE — PERCORSO — META è più complesso dello schema di CONTENITORE. Gli autori di *Philosophy in the Flesh* lo rappresentano nella forma grafica seguente:



Estratto da: Lakoff, Johnson, 1999: 33.

e ne distinguono gli elementi come: un traiettore che si muove, un punto di partenza, una meta cioè una progettata destinazione del traiettore, il percorso dalla origine alla meta, l'effettiva traiettoria del moto, la posizione del traiettore in un dato momento, la direzione del traiettore in questo momento, la posizione finale del traiettore, che può, ma non deve essere la destinazione progettata.

Come possibili estensioni di questo schema elencano: un veicolo, la velocità del movimento, degli ostacoli al moto, forze che muovono uno lungo la traiettoria del moto, un traiettore accessorio ecc. (cfr. Lakoff e Johnson, 1999: 33).



Lo schema ORIGINE — PERCORSO — META — è la base della maggior parte del nostro sapere sul moto. Per esempio, usando questo schema possiamo concepire le relazioni spaziali espresse dalle preposizioni *a* e *da* nelle frasi come *Maria arriva a Roma* o *Francesco è partito da Parigi*. Nella prima frase viene profilata la *meta*, che è il punto di riferimento verso il quale avviene il moto, mentre nella seconda è profilata l'*origine* come il contrassegno del movimento. Riferendosi allo schema ORIGINE — PERCORSO — META possiamo anche presentare relazioni spaziali espresse dalle preposizioni come *verso*, *attraverso*, *lungo* ecc.

### 2.1.5. Lo schema DAVANTI — DIETRO

Lo schema DAVANTI — DIETRO non è descritto nell'opera di Lakoff e Johnson (1999) in maniera così minuziosa come i due schemi precedenti. Però, visto il suo ruolo sia nella nostra analisi, sia nella teoria della mente incorporata abbiamo cercato di presentarlo in modo dettagliato. Come abbiamo già presentato nei capitoli precedenti, l'esistenza dello schema DAVANTI — DIETRO (*IN FRONT OF* — *IN BACK OF*) è dovuta alla forma del corpo umano che possiede la parte anteriore diversa da quella posteriore. Anche se la relazione al corpo della preposizione italiana *davanti* non è così visibile come nel caso del suo equivalente inglese, tuttavia possiamo facilmente ritrovare questo legame nelle espressioni sinonime: *di faccia* o *di fronte*, visto che il significato principale della *faccia* come la parte anteriore della testa, viene esteso sulla "parte di ogni cosa volta verso chi guarda" (Garzanti 2003), mentre con il termine *fronte* si può indicare la "parte anteriore di oggetti e strutture rivolta verso chi guarda" (Garzanti 2003). Analizzando le definizioni sopraccitate siamo arrivati alla conclusione che esse non sono complete. È vero che se consideriamo un oggetto o una struttura come un albero o un ghiacciaio siamo disposti a chiamare la sua *fronte*, la parte rivolta verso di noi. Nondimeno quando abbiamo a che fare con un oggetto con cui interagiamo in modo diverso dipendentemente dalle sue parti, la nostra posizione nello spazio non influisce sul modo in cui proiettiamo su di esso la struttura del nostro corpo. Siccome ci muoviamo di solito in avanti, vediamo quello che è davanti a noi, interagiamo con persone e oggetti con la nostra parte anteriore, tutte queste esperienze si riflettono sulla maniera in cui concepiamo gli oggetti. Per esempio la fronte della macchina è chiamata la sua parte rivolta verso la direzione del moto, la fronte di un edificio è di solito la parte in cui si trova l'ingresso principale, le parti considerate come anteriori degli oggetti come televisore, frigorifero o scaffale sono le parti



sulle quali normalmente guardiamo, con cui interagiamo. Dobbiamo però ricordare, che la concezione delle relazioni spaziali espresse attraverso le preposizioni *davanti* e *dietro* non deve essere legata alla proiezione della faccia sugli oggetti, ma può dipendere della posizione degli oggetti rispetto all'osservatore. La scelta dipende dal contesto e dall'elemento profilato della situazione. Per esempio la frase *Il gatto si trova davanti alla macchina* può essere rappresentato tramite lo schema:

*Il gatto si trova davanti alla macchina*

osservatore ----- gatto ----- macchina

In questo caso non è importante la posizione del gatto rispetto alla fronte della macchina, ma il fatto che esso si trova tra l'osservatore e la macchina. Però nella situazione descritta dalla frase *Il gatto si è trovato davanti alla macchina ed è stato investito*, la posizione del gatto rispetto alla macchina non è presentata dal punto di vista dell'osservatore, ma dalla fronte della macchina.

Questa varietà di prospettive è un'altra prova della tesi che le relazioni spaziali non sono oggettivamente presenti nel mondo circostante, ma vengono attribuite agli oggetti rispetto a un punto di riferimento.

### 2.1.6. Lo schema PARTE — TUTTO

Lo schema PARTE — TUTTO, come gli altri schemi che presenteremo nei capitoli successivi, viene descritto da Lakoff nel suo lavoro del 1987.

L'esperienza fisica dello schema deriva dall'osservazione del nostro corpo, il quale nello stesso tempo è per noi una totalità e possiede certe parti. Anche per interagire con il mondo circostante, abbiamo bisogno di saper distinguere la struttura PARTE — TUTTO degli oggetti.

Gli elementi della struttura dello schema sono: un *tutto*, *parti* e una *configurazione*. Il *tutto* non può esistere se non esiste nessuna delle sue *parti*, però l'esistenza di tutte le *parti* non basta per costituire il *tutto*, il quale appare solo quando le *parti* si trovano in una certa *configurazione*. Quando le *parti* sono distrutte, scompare anche il *tutto*. Le *parti* possono, ma non devono, essere contigue l'una all'altra.

Lo schema PARTE — TUTTO è la base dei modelli metonimici. Come esemplari metaforici Lakoff indica la visione della famiglia capita come una totalità con le parti e la concezione della società divisa in caste come il corpo umano (cfr. Lakoff, 1987: 273–274).

### 2.1.7. Lo schema di LEGAME

Lakoff, come primo esempio del legame, indica il cordone ombelicale. Però è poco probabile che ricordiamo questa esperienza. Per sentire la connessione con i genitori i bambini li tengono per mano. Per legare due oggetti usiamo delle corde, delle funi ecc.

La struttura dello schema contiene due entità, A e B e il *legame* che le unisce. Se A è legata a B, è limitata e dipendente da B. Se A è legata a B, B è legata ad A.

Le relazioni interpersonali spesso sono capite in termini di legame, mentre la libertà viene rappresentata come assenza di vincoli (cfr. Lakoff, 1987: 274).

### 2.1.8. Lo schema CENTRO — PERIFERIA

Lo schema CENTRO — PERIFERIA è composto di un'entità con un *centro* e *periferia*. La periferia dipende dal centro ma non vice versa. L'esperienza fisica di questo schema può essere ritrovata nella concezione del corpo: la parte centrale è quella più importante, definisce la nostra identità e le sue lesioni sono più pericolose di quelle delle parti periferiche.

A livello metaforico gli elementi più importanti di una questione sono concepiti come centrali, mentre quelli meno importanti come periferici. Anche il modello radiale della categoria è basato sulla struttura CENTRO — PERIFERIA (cfr. Lakoff, 1987: 274—275).

### 2.1.9. Lo schema SU — GIÙ

Lakoff non descrive lo schema su — giù indipendentemente, come lo fa con gli schemi presentati prima. Lo richiama, però, per spiegare la base empirica delle metafore sull'esempio PIÙ È SU, MENO È GIÙ (1987: 276—277). Lo schema su — giù struttura tutta la nostra esperienza legata alla gravità e presenta la relazione tra i due punti sulla scala della verticalità. Può essere ritrovato nelle metafore di orientamento come BENE È SU, MALE È GIÙ, COSCIENTE È SU, INCOSCIENTE È GIÙ ecc.

### 2.1.10. Gli schemi d'immagine nei concetti astratti

Gli schemi d'immagine, oltre ad essere elementi da cui vengono costruite complesse relazioni spaziali, svolgono anche un ruolo importante nella formazione, nell'ordinamento e nell'interpretazione dei concetti astratti. La rilevanza di questa loro funzione viene sottolineata sia da Lakoff (1987: 283) sia da Johnson (2005: 24), il quale sostiene che il fatto che gli schemi d'immagine rendono possibile usare le strutture delle operazioni sensoriali e motorie per comprendere concetti astratti è molto significativo perché:

According to this view, we do not have two kinds of logic, one for spatial-bodily concepts and a wholly different one for abstract concepts. There is no disembodied logic at all. Instead, we recruit body-based image-schematic logic to perform abstract reasoning.

(Johnson, 2005: 24)

Come esempio dell'uso degli schemi d'immagine nel ragionamento astratto Mark Johnson presenta il campo della matematica, riportando l'opera di George Lakoff e Rafael Núñez (2000), in cui lo schema di COLLEZIONE è la base della metafora concettuale: ARITMETICA È UNA COLLEZIONE DI OGGETTI, mentre lo schema ORIGINE — PERCORSO — META fa vedere le operazioni aritmetiche come un movimento lungo un sentiero lineare (Johnson, 2005: 25–26).

Il processo di capire i concetti astratti attraverso le metafore concettuali basate sugli schemi d'immagine è stato illustrato non solo nel campo della matematica ma anche in settori come la legge (Winter, 2001), la morale (Johnson, 1993), la causalità scientifica (Lakoff e Johnson, 1999), la psicologia (Gibbs, Colston, 1995; Fernandez-Duque, Johnson, 1999) e tanti altri ambiti del ragionamento astratto. Il ruolo della metafora in questo processo sarà presentato più dettagliatamente nella parte successiva, dedicata alla posizione della metafora nella teoria della linguistica cognitiva.

## 2.2. La teoria cognitiva della metafora

Nel 1980 è stata pubblicata l'opera di Lakoff e Johnson intitolata *Metaphors We Live By*, la quale è riconosciuta come pilastro della teoria cognitiva della metafora. Anche i testi successivi di entrambi gli studiosi, cioè quelli

di Johnson (1980, 1987, 1992) e di Lakoff (1987, 1990, 1993) appartengono al canone della teoria. Tra molti suoi seguaci vi sono Mark Turner (1987, 1991) e Eve E. Sweetser (1987, 1990). Una sistematizzazione esauriente dei punti distintivi della teoria e la sua revisione critica è presentata nel lavoro di Olaf Jäkel (2003). Mentre Christa Baldauf (1997), rimanendo nell'ambito della teoria cognitiva, propone una nuova classificazione delle metafore, distinta da quella di Lakoff e Johnson.

### 2.2.1. La metafora come strumento del pensiero

La più grande differenza tra l'approccio cognitivo e le teorie concorrenti della metafora consiste nel fatto che i cognitivisti non trattano la metafora come una figura retorica, caratteristica per un linguaggio poetico, letterario, ma come uno strumento del pensiero, usato per capire i concetti astratti e difficili attraverso la struttura dei concetti più facili, accessibili all'esperienza diretta.

Tale metafora convenzionale è **onnipresente** sia nella lingua quotidiana, sia nei linguaggi specialistici. È un fatto così comune, che spesso gli utenti della lingua non si rendono nemmeno conto della sua presenza. Per essere precisi, dobbiamo specificare che nella lingua non osserviamo le metafore stesse ma le espressioni metaforiche, poiché in conformità alla teoria cognitiva, la metafora non è un fenomeno linguistico ma concettuale. Come afferma Lakoff (1993: 224): "Metaphor is fundamentally conceptual, not linguistic, in nature. Metaphorical language is a surface manifestation of conceptual metaphor". Le espressioni metaforiche perciò non dovrebbero essere esaminate separatamente, ma come realizzazioni delle metafore concettuali.

La metafora nella teoria cognitiva svolge **funzione esplicativa**, facilitando la comprensione dei concetti cognitivamente difficili riferendosi a un campo d'esperienza diverso. Le metafore concettuali consistono nel legare due distinti domini concettuali, di cui uno è dominio bersaglio (*target domain*), mentre l'altro è dominio origine (*source domain*) della proiezione metaforica. Di regola il dominio bersaglio è astratto e complesso, mentre il dominio origine è un concetto accessibile all'esperienza corporea, più concreto, di una struttura più semplice. Come quando concepiamo un'esperienza così soggettiva come *comprendere le idee* in termini di *afferrare un oggetto*, che ha le sue origini nell'esperienza senso-motoria (cfr. Lakoff e Johnson, 1999: 45).

La differenza qualitativa esistente tra i due domini, insieme al ruolo esplicativo della metafora hanno dato fondamenti alla tesi di **senso unico**

**della proiezione metaforica** — uno dei punti distintivi della teoria cognitiva della metafora — conformemente alla quale la relazione tra i due elementi non è intercambiabile (cfr. Lakoff, 1993: 245; Jäkel, 2003: 44, 61–94). Questo significa che possiamo, per esempio, comprendere il concetto di *amore* in termini di *viaggio*, ma non pensiamo al *viaggio* in termini di *amore*. Quella tesi, secondo i suoi autori, può essere dimostrata non solo attraverso gli studi sincronici, ma anche dall'analisi diacronica, dato che le estensioni di significato procedono dal concreto all'astratto e non al contrario (cfr. Johnson, 1987: 107). Un argomento in favore della *tesi di senso unico della proiezione metaforica* viene addotto dalla *teoria neurale della metafora* di Srin Narayanan (1997), la quale citeremo presentando la *teoria integrata della metafora primaria* di Lakoff e Johnson (1999: 45–59).

Lakoff, in *Contemporary Theory of Metaphor* (1993: 207), spiega che la rappresentazione della metafora tramite lo schema DOMINIO BERSAGLIO È DOMINIO ORIGINE, usata da lui e Johnson sia nella loro opera fondamentale del 1980 sia nei testi successivi, non dovrebbe essere trattata come proposizione, ma come un nome usato per facilitare la memorizzazione. Parlando della comprensione di un concetto in termini di un altro concetto non dobbiamo dimenticare che nella metafora il dominio origine (*explanans*) fornisce una spiegazione parziale del dominio bersaglio (*explanandum*) rendendo evidenti alcuni suoi aspetti e nello stesso tempo omettendo gli altri. Per lo stesso dominio bersaglio, perciò, si possono distinguere più metafore concettuali che mettono in rilievo altri suoi aspetti. Un esempio di tali differenze nella focalizzazione sono le metafore: IL TEMPO È UN OGGETTO IN MOTO e IL TEMPO È DENARO. Nella prima il tempo appare come una cosa fuggevole, che non si può fermare, mentre la seconda mette in rilievo il suo valore.

Nonostante l'esempio semplificante presentato sopra, dobbiamo ricordare che la ricchezza dei significati portati dalla metafora non può essere ridotta a una parafrasi proposizionale. Anzi, il nostro ragionamento sui concetti astratti avviene quasi interamente attraverso le metafore concettuali.

Giacché alcuni concetti hanno la struttura quasi esclusivamente metaforica, la metafora si manifesta come un fenomeno **cognitivamente indispensabile** che assicura la comprensione laddove altrimenti essa sarebbe difficile o impossibile (cfr. Lakoff e Johnson, 1980: 111; Jäkel, 2003: 33–34). Per di più, la metafora, oltre a essere onnipresente e indispensabile è anche **creativa**. Vale a dire che può dare una nuova struttura ai comuni modi di pensare, è in grado di farci vedere cose, situazioni, fenomeni già conosciuti, da un punto di vista totalmente nuovo. Come sostengono Lakoff e Johnson (1980: 184), le metafore possono creare certe contingenze reali, soprattutto delle realtà sociali. Questa loro capacità può essere e viene sfruttata dal

mondo della politica, dove spesso è usata per manipolare l'opinione pubblica (cfr. Johnson 1992: 360; Jäkel, 2003: 41–42; Fowler, 1991; Simpson, 1993). D'altra parte nell'ambito della scienza le metafore possono svolgere una funzione euristica, cruciale per alcune scoperte scientifiche (cfr. Hesse, 1966: 157–177; Jäkel, 2003: 38–39).

Lakoff e Johnson sottolineano che non tutte le metafore concettuali sono rappresentate dalle espressioni linguistiche:

Some are manifested in grammar, others in gesture, art, or ritual. These nonlinguistic metaphors may, however, be secondarily expressed through language and other symbolic means.

(1999: 57)

Un buon esempio dell'influsso della metafora sulla cultura può essere un tipo di documento molto importante e conosciuto dalla maggioranza della gente appartenente alla cultura occidentale: il Curriculum Vitae (*curriculum* derivato di *currere* 'correre') che rispecchia la metafora concettuale LA VITA INTENZIONALE È UN VIAGGIO.

Come abbiamo indicato nel capitolo precedente, la base per le metafore concettuali è costituita dagli schemi d'immagine. Nell'**ipotesi d'invariazione** (*invariance hypothesis*) Lakoff (1990) li presenta come elementi strutturali che non vengono modificati durante la proiezione dal dominio origine al dominio bersaglio ancorando così anche i più astratti domini concettuali nell'esperienza corporea: "Metaphorical mappings preserve the cognitive topology (this is, the image schema structure) of the source domain" (Lakoff, 1990: 54). Di conseguenza, la metafora concettuale assicura la coerenza e l'omogeneità dell'esperienza umana collegando il pensiero astratto e concettuale con la percezione basata sugli organi di senso (cfr. Jäkel, 2003: 32–34). Conforme alla teoria della fusione (*theory of conflation*) di Christopher Johnson (1997), la metafora rispecchia le associazioni, che si creano già nel periodo in cui il bambino non distingue l'esperienza soggettiva da quella senso-motoria, mescolando, per esempio, l'esperienza dell'affetto con la sensazione del calore che prova essendo tenuto in braccio. Anche se nel periodo di differenziazione il bambino sa distinguere i due tipi di esperienza, le associazioni create tra i vari domini nella fase precedente permangono. Lakoff e Johnson (1999: 45–59) hanno integrato la teoria di Christopher Johnson (1997), insieme alle teorie della metafora primaria di Joseph E. Grady (1997), della fusione concettuale (*conceptual blending*) di Gilles Fauconnier e Turner (1994, 1995, 1996, 1998) e la teoria neurale della metafora di Narayanan (1997) nella teoria integrata della metafora primaria.

## 2.2.2. La metafora primaria e la metafora complessa

La **teoria della fusione** di Christopher Johnson (1997) è la base della **teoria della metafora primaria** di Grady (1997), secondo la quale le metafore complesse (molecolari) sono formate tramite mescolamento concettuale di componenti da una struttura minimale, chiamati „metafore primarie” (atomiche). Le metafore primarie hanno origine nell’esperienza quotidiana del periodo della fusione da cui sorgono in modo naturale, automatico e inconscio. Presumendo che le esperienze di questo periodo siano universali e conducano alle fusioni universali, anche le metafore convenzionali allora sviluppate sono universali o per lo meno diffuse. Secondo Grady (1997) ci sono centinaia di metafore primarie. Un loro gruppo esemplificativo è citato nell’opera di Lakoff e Johnson (1999: 50–54), dove ritroviamo le metafore seguenti:

L’AFFETTO È CALORE (*AFFECTION IS WARMTH*),  
 IMPORTANTE È GRANDE (*IMPORTANT IS BIG*),  
 FELICE È SU (*HAPPY IS UP*),  
 L’INTIMITÀ È VICINANZA (*INTIMACY IS CLOSENESS*),  
 IL CATTIVO È MALEODORANTE (*BAD IS STINKY*),  
 LE DIFFICOLTÀ SONO PESI (*DIFFICULTIES ARE BURDENS*),  
 PIÙ È SU (*MORE IS UP*),  
 LE CATEGORIE SONO CONTENITORI (*CATEGORIES ARE CONTAINERS*),  
 LA SOMIGLIANZA È VICINANZA (*SIMILARITY IS CLOSENESS*),  
 LE SCALE LINEARI SONO SENTIERI (*LINEAR SCALES ARE PATHS*),  
 L’ORGANIZZAZIONE È UNA STRUTTURA FISICA (*ORGANIZATION IS PHYSICAL STRUCTURE*),  
 L’AIUTO È SOSTEGNO (*HELP IS SUPPORT*),  
 IL TEMPO È MOVIMENTO (*TIME IS MOTION*),  
 GLI STATI SONO LUOGHI (*STATES ARE LOCATIONS*),  
 IL CAMBIAMENTO È MOVIMENTO (*CHANGE IS MOTION*),  
 GLI SCOPI SONO DESTINAZIONI (*PURPOSES ARE DESTINATIONS*),  
 LE AZIONI SONO MOVIMENTI AUTOPROPULSI (*ACTIONS ARE SELF-PROPELLED MOTIONS*),  
 GLI SCOPI SONO OGGETTI DESIDERATI (*PURPOSES ARE DESIRED OBJECTS*),  
 LE CAUSE SONO FORZE FISICHE (*CAUSES ARE PHYSICAL FORCES*),  
 LE RELAZIONI SONO RECINTI (*RELATIONS ARE ENCLOSURES*),  
 IL CONTROLLO È SU (*CONTROL IS UP*),  
 CONOSCERE È VEDERE (*KNOWING IS SEEING*),



COMPRENDERE È AFFERRARE (*UNDERSTANDING IS GRASPING*),  
VEDERE È TOCCARE (*SEEING IS TOUCHING*).

Come potremo osservare nella parte analitica del nostro lavoro, molte di loro svolgono un ruolo essenziale nella concettualizzazione degli stati da noi esaminati.

Il terzo elemento della teoria integrata della metafora primaria è la **teoria di Narayanan** (1997) asserente che le associazioni create nel periodo della fusione sono realizzate neuralmente in attivazioni simultanee, che portano alla formazione delle connessioni neurali permanenti tra le reti neurali che determinano domini concettuali. La metafora primaria emerge dalla correlazione neurale tra un'operazione senso-motoria e un'esperienza soggettiva o giudizio. La loro fusione si manifesta nell'attivazione simultanea delle loro reti neurali. Il fatto che il sistema neurale senso-motorio possiede più connessioni inferenziali del sistema neurale caratterizzante l'esperienza soggettiva può essere una spiegazione del senso unico della proiezione metaforica. Secondo la teoria neurale della metafora i risultati delle inferenze sono proiettati dalla *rete origine* senso-motoria sul giudizio soggettivo della *rete bersaglio* e non viceversa. Si deve ricordare che le connessioni neurali esistenti tra i domini possono, ma non devono essere attivate. Per esempio, possono essere inibite dalla scelta di un'altra metafora.

L'ultima parte della teoria integrata di Lakoff e Johnson (1999) costituisce la **teoria della fusione concettuale** secondo la quale i domini concettuali distinti possono essere co-attivati e in certe condizioni si possono creare connessioni attraverso i domini, portando alle nuove inferenze (Lakoff e Johnson, 1999: 47).

Per Lakoff e Johnson (1999: 47), le implicazioni più importanti emergenti dall'integrazione delle quattro teorie indicano che le connessioni neurali create nel periodo di fusione influiscono sul nostro modo di pensare tramite centinaia di metafore primarie, il cui sistema viene acquisito da noi automaticamente e inconsapevolmente tramite il nostro funzionamento nel mondo circostante.

Intanto, gli studiosi affermano che non tutte le espressioni metaforiche sono apprese nello stesso modo. Nel capitolo quinto della loro opera (Lakoff e Johnson, 1999: 60–73) descrivono come le **metafore complesse**, che fanno grande parte del nostro sistema concettuale, vengano costruite dalle metafore primarie combinate con modelli culturali, con teorie popolari, con il sapere sul mondo in cui viviamo e con le credenze radicate nella nostra cultura. Come esempio di tale metafora presentano LA VITA INTENZIONALE COME VIAGGIO, alla cui base vi è la convinzione presente nella civiltà occidentale che la vita debba avere uno scopo e che ognuno debba cercare di raggiungerlo. Le metafore primarie qui presenti sono:



GLI SCOPI SONO DESTINAZIONI e LE AZIONI SONO MOVIMENTI. Questi elementi legati insieme costituiscono la metafora complessa: LA VITA INTENZIONALE È UN VIAGGIO, in cui LA PERSONA CHE LA VIVE È UN VIAGGIATORE, GLI SCOPI DELLA VITA SONO DESTINAZIONI e IL PIANO PER LA VITA È UN ITINERARIO. In quella metafora il nostro sapere sui viaggi cambia in indicazioni per la vita. Così la vita intenzionale deve essere progettata, dobbiamo prevedere e prepararci alle possibili difficoltà, dovremmo cercare di raggiungere successivi scopi secondo il programma previsto, ecc.

Anche se le metafore complesse non sono fondate direttamente sull'esperienza senso-motoria, sono legate con essa attraverso le metafore primarie di cui sono composte. Le metafore complesse convenzionali, da parte loro, possono essere la base per metafore ancora più complesse. Così la metafora LA VITA INTENZIONALE È UN VIAGGIO è la base della metafora L'AMORE È UN VIAGGIO. Questo è possibile perché le metafore non sono strutturate separatamente, ma formano un intero sistema concettuale metaforico. Per lo stesso motivo siamo capaci di capire metafore nuove, ancora non convenzionalizzate, il fenomeno che possiamo osservare leggendo le risposte alla domanda posta su un forum<sup>1</sup>: *se le autostrade dell'amore si incrociano con i sentieri dell'amicizia*. La maggioranza delle persone non ha avuto nessun problema con la comprensione della metafora. Solo pochi non erano sicuri di aver capito bene la domanda. Alcuni, invece, hanno creato nuove espressioni metaforiche basate sulla stessa metafora concettuale: *scorciatoie che a volte... nemmeno sulle cartine son segnate... ; a volte il "pedaggio" da pagare è troppo alto; Si incrociano spesso e per lo più è un incontro, ma se la velocità (intensità dell'emozione) è molta, si può arrivare allo scontro, ecc.*

La distinzione tra le metafore primarie e le metafore complesse, anche se porta grandi conseguenze nella visione del termine stesso, non è l'unica suddivisione delle metafore proposta da Lakoff e Johnson (1999). La loro prima classificazione, presentata nell'opera del 1980, viene citata da molti ricercatori della corrente cognitivista. Nel capitolo seguente riporteremo quella classificazione opponendole la proposta di Baldauf (1997).

---

<sup>1</sup> <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080225115107AAQGFwG> (l'accesso: 25.05.2009).

### 2.2.3. La classificazione delle metafore di George Lakoff e Mark Johnson e la proposta di Christa Baldauf

Lakoff e Johnson nella loro classificazione del 1980 distinguono tre tipi di metafore: metafore ontologiche, metafore spaziali e metafore strutturali.

Attraverso la **metafora ontologica**, i concetti come avvenimenti, sentimenti, immagini, stati ecc. sono concepiti come oggetti, sostanze, esseri viventi o persone umane. Molto spesso la base della metafora ontologica è lo schema di CONTENITORE, invece la personificazione viene indicata come un tipo complesso della metafora ontologica.

Nelle **metafore spaziali** (o **di orientamento**) tutto il sistema dei concetti struttura un altro sistema. Il loro nome è causato dal fatto che danno a un concetto un orientamento spaziale, per esempio: FELICE È SU, TRISTE È GIÙ o COSCIENTE È SU, INCOSCIENTE È GIÙ. Le metafore spaziali si basano sugli schemi d'immagine cinestetica come: CENTRO — PERIFERIA, SU — GIÙ, DAVANTI — DIETRO ecc.

Il tipo più complesso è la **metafora strutturale**, in cui un concetto conferisce la sua struttura a un altro concetto. Seguendo la **metafora del canale** (*conduit metaphor*) (cfr. Reddy, 1979) secondo la quale la comunicazione è come una spedizione di oggetti (concetti) racchiusi nei contenitori (espressioni linguistiche), potremmo dire che usando la metafora strutturale mettiamo un concetto nelle espressioni usate di solito per esprimere un altro concetto. Gli esempi di questo tipo di metafora sono le metafore: LA DISCUSSIONE È GUERRA, IL TEMPO È DENARO, LA VITA È VIAGGIO ecc.

Una revisione della classificazione di Lakoff e Johnson (1980) è stata proposta da Baldauf nella sua opera *Metapher und Kognition. Grundlagen einer neuen Theorie der Alltagsmetapher* (1997), dove la studiosa tedesca postula una tipologia alternativa, secondo un criterio unificato, cioè la complessità della struttura concettuale dei domini origine, nella quale passa dalle strutture più semplici a quelle più complesse. Al posto di tre, lei propone quattro tipi di metafore, tra cui la costruzione più semplice è la **metafora ontologica** la cui funzione è dare alle entità astratte un carattere concreto. Al contrario delle metafore ontologiche di Lakoff e Johnson il loro dominio origine possono essere solo i concetti del livello più alto della categorizzazione: ICM (*Idealized Cognitive Model*) di oggetto e ICM di sostanza. Le qualità della *sostanza* sono: visibilità, tangibilità, mancanza di una superficie stabile e spesso la necessità di essere tenuta in un contenitore. L'*oggetto* è caratterizzato da: una forma tridimensionale, massa, durata, tangibilità dei limiti, localizzazione e presenza della superficie (cfr. Baldauf, 1997: 119).

Il secondo tipo, poco frequente, sono le **metafore attributive** (*Attributes-metaphern*), che si caratterizzano della più debole proiezione della struttura,

attribuendo al dominio bersaglio alcune qualità metaforiche che permettono di trovare un legame con le caratteristiche astratte del dominio origine (cfr. Baldauf, 1997: 98). Il dominio origine di questo tipo di metafore è costituito dalle qualità elementari dell'esperienza fisica sistemate in maniera polarizzata: *caldo* — *freddo*, *chiaro* — *scuro*, *forte* — *debole*, *pesante* — *leggero* ecc. (cfr. Kopka, 2002: 33).

Un tipo più complesso dei due precedenti sono le **metafore schematico-immaginative** (*Bildschematische Metaphern*) in cui avviene la proiezione degli schemi d'immagine, delle unità di carattere gestaltico, sugli astratti e non strutturati domini bersaglio (cfr. Baldauf, 1997: 123). In questo gruppo Baldauf (1997) racchiude non solo le metafore basate sugli schemi d'immagine di CONTENITORE (nella classificazione di Lakoff e Johnson appartenente alle metafore ontologiche), di PERCORSO, di SCALA, di EQUILIBRIO ecc. ma anche le metafore definite da Lakoff e Johnson come "metafore spaziali".

Le **costellazioni metaforiche** (*Konstelations-metaphern*) sono il tipo più complesso, ma anche il più comune delle metafore concettuali. Esse corrispondono alle metafore strutturali di Lakoff e Johnson. Tuttavia, secondo l'autrice della nuova classificazione, il vecchio termine non era abbastanza trasparente, giacché in ogni tipo di metafora avviene la proiezione (più o meno completa) della struttura del dominio origine sul dominio bersaglio. Una differenza importante tra le due tipologie è la posizione della personificazione e animizzazione, le quali secondo Lakoff e Johnson fanno parte delle metafore ontologiche, invece per la cognitivista tedesca dovrebbero appartenere alle costellazioni metaforiche, vista la complessità degli ICM di persona, di animale o di pianta, costituenti il dominio origine della proiezione metaforica. Attraverso la personificazione o animizzazione a un concetto astratto viene attribuito un grande ventaglio di qualità e capacità caratteristiche per l'uomo o per altri esseri viventi.

Pur riconoscendo il valore pionieristico dell'opera degli studiosi americani, dobbiamo ammettere che la proposta di Baldauf presenta un sistema coerente basato in modo conseguente sul criterio della completezza della proiezione della struttura dal dominio origine al dominio bersaglio. Questa sua coerenza ci convince e perciò la prendiamo in considerazione nella nostra analisi.

La classificazione di Baldauf (1997) non è l'unico caso della revisione critica dell'opera di Lakoff e Johnson (1980). Un altro esempio è quello del lavoro di Jäkel (2003), dove l'autore oltre a dare una descrizione esauriente della teoria cognitiva della metafora, ne indica i precursori (di cui a volte gli autori americani sembrano di essersi dimenticati) e propone un proprio complemento e la precisazione della teoria.

## 2.2.4. La revisione critica di Olaf Jäkel della teoria cognitiva della metafora

Uno dei meriti di Jäkel (2003) è il fatto che nella sua opera sistema e formula le tesi fondamentali della teoria cognitiva della metafora, che i suoi autori spesso non hanno definito in maniera esplicita. Inoltre distingue anche alcuni punti in cui la teoria dovrebbe essere modificata o per lo meno completata.

Tra l'altro Jäkel (2003) critica, come molti altri (cfr. Lawler, 1983: 205; Mac Cormac, 1985: 57–70; Cooper, 1986: 22; Kittay, 1987: 19), il disordine nella terminologia usata da Lakoff e Johnson (1980) per distinguere i significati metaforici da quelli non metaforici. Siccome ritiene il termine “letterale” (*literal*) necessario come contrario al termine “metaforico”, è contro l'uso di quest'aggettivo nella descrizione del linguaggio metaforico (cfr. Lakoff e Johnson, 1980: 27) come antonimo di *poetico*, *fantasioso*, *retorico* (*poetic*, *fanciful*, *rhetorical*), proponendo di sostituirlo in questi casi con i vocaboli come: *ordinario* (*ordinary*), *quotidiano* (*everyday*), *convenzionale* (*conventional*) ecc. Il termine “metafora letterale” (Lakoff e Johnson, 1980: 78) considera invece come un ossimoro totalmente inutile visto che è stata già coniata la nozione della “metafora convenzionale”.

Distinguendo quello che può essere espresso letteralmente dagli argomenti che esigono espressioni metaforiche, Jäkel aggiunge che oltre a espressioni letterali (esempio (a)) e a espressioni incontestabilmente metaforiche (esempio (c)) esistono esempi in cui l'attribuzione dell'espressione a uno dei tipi non è così facile né indiscutibile (esempio (b)).

(a) *Il cane correva attorno al padrone.*

(b) *Il fiume correva freddo.*

(c) *Le lacrime correvano sul suo viso.*

Giacché l'esempio (b) descrive un processo puramente fisico, conformemente all'argomentazione di Lakoff (1993: 205) dovrebbe essere considerato come espressione letterale. Jäkel (2003) invece la includerebbe nelle frasi metaforiche visto che il movimento del liquido viene concettualizzato in riferimento al movimento dell'essere vivente.

Confermando il valore della dimensione diacronica per gli studi sulla metafora Jäkel (2003) postula di non escludere le cosiddette **metafore morte** dall'analisi cognitiva, anche perché esse possono essere facilmente ‘risuscitate’. Per di più afferma che le metafore, sia concettuali sia linguistiche, non sono accessibili alle riflessioni strettamente sincroniche, senza una minima considerazione diacronica. La metafora è un fenomeno tipico

per lo sviluppo della lingua: prima si deve avere un uso letterale dei termini del dominio origine perché si possa identificare la loro proiezione metaforica su altri domini (cfr. Jäkel, 2003: 54–60).

Jäkel, riferendosi alla distinzione fatta da Lakoff e Johnson (1980: 80), tra metafore vive e morte, disapprova il loro tentativo di ridefinire le due nozioni, in cui le metafore isolate e irregolari vengono chiamate morte, mentre le metafore morte e convenzionali sono denominate metafore vive. Secondo Jäkel, i tentativi di attribuire delle nuove definizioni, radicalmente diverse dal significato riconosciuto, alle nozioni già esistenti e usate negli studi sulla metafora, possono provocare solo equivoci e screditare l'approccio cognitivo davanti agli studiosi delle altre correnti della teoria della metafora.

Nella sua opera Jäkel (2003) dedica molta attenzione alla tesi di senso unico della proiezione metaforica. Tra l'altro, riordinando le affermazioni sulle qualità del dominio origine e del dominio bersaglio presenti in *Metaphors We Live By*, indica la funzione esplicativa come superiore agli altri motivi del senso in cui avviene la proiezione metaforica. Secondo il suo schema, nelle **metafore convenzionali** il passaggio dal noto all'ignoto si manifesta in due modi: il dominio astratto si spiega tramite il dominio fisico e concreto, mentre i domini concreti si spiegano tramite il riferimento al corpo umano. Oltre alle metafore convenzionali Jäkel (2003: 66) distingue le **metafore specialistiche** in cui la proiezione metaforica avviene dall'astratto al più concreto. Questo, però, non significa che la metafora specialistica non si sottopone alla tendenza di spiegare quello che è ignoto con quello più conosciuto. Lo indica sull'esempio tratto da Friedrich Engels il quale ha detto che nella famiglia il marito è un cittadino, mentre la moglie è un proletario. Siccome Engels era un economista politico, non sposato, spiegava la relazione tra i coniugi attraverso un dominio molto astratto ma più vicino al suo sapere (cfr. Jäkel, 2003: 69).

Un'altra obiezione posta da Jäkel (2003) a Lakoff e Johnson (1980) è il fatto che spesso gli studiosi americani presentano la loro teoria come se non esistessero dei precursori che hanno anticipato le tesi presenti nella teoria cognitiva della metafora.

Nel capitolo seguente presenteremo alcune teorie degli studiosi che non solo hanno dato la base alla teoria cognitiva della metafora ma, come prova Jäkel (2003: 147), potrebbero anche rappresentarne un arricchimento.

### 2.2.5. I precursori della teoria cognitiva della metafora

Jäkel (2003: 131), riconosce John Locke come precursore della teoria cognitiva della metafora, il quale in *An Essay Concerning Human Understanding* (1689) ha notato che le parole che descrivono azioni e concetti non percepibili attraverso i sensi hanno la loro origine nell'esperienza fisica, che quelle parole vengono traslocate dalle ben conosciute idee sensoriali alle idee più oscure e complesse (cfr. Jäkel, 2003: 131).

Inoltre, leggendo la traduzione polacca dell'opera *Was ist der Mensch? Versuch einer Philosophie der menschlichen Kultur* di Ernst Cassirer (1998) ci siamo imbattuti nell'idea di Max Friedrich Müller (1897), secondo la quale la lingua umana non è capace di esprimere i concetti astratti altrimenti che attraverso le metafore (cfr. Cassirer, 1998: 220), l'idea che è conforme alla tesi dell'indispensabilità della metafora, proposta dai cognitivisti quasi un secolo dopo.

Come altri esempi del pensiero pre-cognitivista Jäkel (2003: 129–131) presenta le citazioni delle opere di Johann A. Hartung (1831: 4) e Benjamin L. Whorf (1939: 146, 155) in cui viene sottolineato il ruolo delle metafore tramite le quali le espressioni che descrivono un'esperienza fisica si usano per rappresentare un'esperienza non fisica, spirituale.

Jäkel (2003: 132–135) dedica ancora più attenzione alla nozione di **analogia** di Kant (1781) definita come traslazione della riflessione da un oggetto percepito a un concetto totalmente diverso, al quale forse non corrisponderà mai nessuna percezione. Le nozioni a cui non corrisponde nessuna percezione diretta vengono scoperte epistemologicamente attraverso una traslazione analogica (cfr. Jäkel, 2003: 132–135). Anche se Kant non usa il termine “metafora”, nella sua teoria si può riconoscere le tesi sulla indispensabilità e sulla funzione cognitiva ed esplicativa dell'analogia, la cui visione assomiglia a quella della metafora concettuale. Pure i suoi esempi dell'analogia, come: *tempo come una linea indirizzata* o *creazione divina come un'opera d'arte* (cfr. Jäkel, 2003: 134), corrispondono alle metafore concettuali.

Anche nella metaforologia di Hans Blumenberg (1969) ritroviamo alcune idee della teoria cognitiva: parlando delle **metafore assolute**, lo studioso dice che esse forniscono una “rappresentazione della Realtà, che come tale non è mai del tutto sperimentabile né dominabile” (Blumenberg, 1969: 23), ma può essere colta attraverso delle immagini. Per di più la metaforologia cerca di raggiungere le sotto-strutture del pensiero. Blumenberg (1969: 11, 64) afferma che solo paragonando le metafore si può scoprire qualcosa sulla struttura della base della formazione del pensiero. Come nel caso di Kant, al quale Blumenberg si riferisce (1969: 7–8, 23), i suoi esempi



di metafore: *il mondo è un essere vivente, un teatro* (1969: 21), *un libro* (1969: 77) o *una nave* (1969: 23), fanno venire in mente le metafore concettuali. Per Blumenberg (1969: 23) il contenuto delle metafore determina

un tipo di orientamento nel mondo, che dalla metafora si trova a esser strutturato. Attraverso la metafora un'epoca esprime le proprie certezze, ma anche i propri dubbi, le proprie aspirazioni, le aspettative, le azioni e gli interessi: dalle metafore si inducono stili di condotta nel mondo.

(Demaria, 2002: 5–6)

La più grande differenza tra l'approccio di Blumenberg (1969) e quello di Lakoff e Johnson (1980) consiste nel fatto che il primo nelle sue analisi studia la dimensione filosofico-storica della metafora. Però, o piuttosto perciò, secondo Jäkel (2003: 139), la dimensione diacronica della metaforologia di Blumenberg (1969, 1971) potrebbe arricchire la teoria cognitiva della metafora.

Secondo Jäkel (2003: 139) la teoria della metafora di Harald Weinrich sviluppata nelle sue cinque opere pubblicate negli anni 1958–1976 si rivela la più vicina alla teoria cognitiva della metafora, in quanto anticipa tutte le sue tesi più importanti. Già all'inizio del suo lavoro Weinrich dimostra che considera le metafore come un fenomeno concettuale: non esamina separatamente, ma riconosce l'esistenza di legami tra le singole espressioni metaforiche che formano un **campo d'immagine** (*Bildfeld*) (Weinrich, 1958: 282). Il termine "campo d'immagine" corrisponde alle metafore concettuali di Lakoff e Johnson (1980, 1999), il che viene dimostrato dal fatto che Weinrich presenta gli stessi esempi degli autori della teoria cognitiva della metafora. L'unica differenza consiste nel modo della loro notazione: dove gli studiosi americani presentano le metafore secondo lo schema "A è / come B", il linguista tedesco usa il modello "AB" e così parla di: *MONETA DELLA PAROLA*, *VIAGGIO DELLA VITA*, *TEATRO DEL MONDO* (Weinrich, 1958: 285), *GUERRA DELLE PAROLE* (1976: 329) ecc. Inoltre Weinrich (1958: 286) sottolinea che possono essere create delle metafore non appartenenti a nessun campo d'immagine (metafore idiosincratiche) ma saranno raramente accettate dalla società linguistica. La gente accetterà volentieri le metafore che possono essere aggiunte a un campo d'immagine già esistente (Weinrich, 1958: 286), perché i campi d'immagine non sono creati da una singola persona, ma sono un'immagine del mondo sovra-individuale che costituisce un bene composto di metafore, oggettivo e materiale, appartenente a tutta la società (Weinrich, 1958: 277). È interessante come gli stessi campi d'immagine non debbano essere limitati dall'uso della stessa lingua, ma possano unire i membri della stessa cerchia culturale, come per esempio la civiltà occidentale di oggi (Weinrich, 1958: 287) o anzi essere presenti nelle varie cerchie culturali.

Weinrich (1958: 283) formula anche la tesi sui domini, chiamandoli però, prima **aree semantiche** e dal 1967 **campi semantici**. I campi d'immagine derivano dall'unione di due campi semantici, di cui uno è il campo che fornisce l'immagine, mentre l'altro è il campo ricevente l'immagine (Weinrich, 1958: 284). Nelle sue opere ritroviamo anche la tesi dell'indispensabilità della metafora sostenuta con gli esempi di TEMPO (Weinrich, 1963: 316) e MEMORIA (Weinrich, 1964: 249). I suoi **modelli mentali ipotetici** corrispondono agli ICM metaforici di Lakoff. Incontriamo la tesi del senso unico della metafora quando Weinrich (1963: 315) argomenta contro la tesi aristotelica della reversibilità delle metafore, dicendo che i campi d'immagine, essendo delle creazioni tradizionali e sociali, sono di solito monosemici.

Oltre ad essere pioniere delle tesi presenti nella teoria cognitiva della metafora Weinrich (1967: 319) fornisce una definizione della metafora linguistica, che non troviamo nell'opera degli studiosi americani. La descrive come un fenomeno contestuale, che non è mai una singola parola ma un frammento di testo. Introducendo il termine "contro-determinazione" per indicare il processo di ridefinizione del significato originario di una parola che avviene quando essa appare in un certo contesto, Weinrich (1967: 319) definisce la metafora linguistica come una parola nel contesto contro-determinante.

Un altro elemento che potrebbe perfezionare la teoria cognitiva della metafora è la distinzione fatta dal linguista tedesco tra gli studi semasiologici e quelli onomasiologici sulla metafora. Partendo dal campo d'immagine (metafora concettuale) *viaggio della vita*, secondo l'approccio semasiologico dovremmo studiare tutte le metafore che hanno come campo che fornisce l'immagine (dominio origine) il concetto di *viaggio*, mentre seguendo l'approccio onomasiologico, cercheremmo di trovare tutte le metafore descrittive del concetto di *vita*.

Presentando i precursori della teoria cognitiva della metafora non dobbiamo dimenticare Max Black (1954) e il suo saggio *Metaphor*, dove lo studioso presenta la **concezione interattiva** della metafora, convergente in molti punti con la visione cognitivista. Vi possiamo ritrovare delle considerazioni sulla funzione esplicativa della metafora, sulla sua irriducibilità e soprattutto sulla sua creatività che consiste nel "riorganizzare e ridefinire la nostra percezione e comprensione di un oggetto, proiettando su di esso un sistema semantico che non gli appartiene ma gli si adatta" (Tornese, 2004: 21). Inoltre, studiando *More about Metaphor*, un'altra opera di Black (1979) in cui l'autore sostiene che "il creatore della metafora" seleziona, enfatizza, sopprime e organizza "le caratteristiche del soggetto primario proiettando su di esso affermazioni isomorfe ai membri dell'insieme di implicazioni del soggetto secondario" (Black, 1979: 28; cfr. Coluccia, 2004), osserviamo



che le nozioni di *soggetto primario* e di *soggetto secondario* corrispondono al *dominio bersaglio* e *dominio origine* nella teoria di Lakoff e Johnson (1980). Per di più, l'idea di Black che "ogni metafora è la punta di un modello sommerso" (1979: 117) è conforme alla tesi cognitivista secondo la quale le espressioni metaforiche sono realizzazioni della metafora concettuale.

La presentazione dei precursori della teoria cognitiva della metafora può causare che essa si manifesti come meno originale. Però, siamo d'accordo con Jäkel (2003: 147) che ritiene riassicurante il fatto che le tesi fondamentali della teoria siano state confermate dagli studiosi di vari tempi e provenienze.

## 2.3. I modelli cognitivi idealizzati di George Lakoff

Parlando degli schemi d'immagine ci siamo riferiti all'opera di Lakoff del 1987. Tuttavia, la tesi fondamentale di questo libro riguarda i modelli cognitivi idealizzati (*idealized cognitive models*), in breve gli ICM, cioè le strutture che, secondo Lakoff, organizzano la nostra conoscenza.

Lakoff indica quattro fonti dell'idea degli ICM: la semantica delle scene fillmoriane (Fillmore, 1982), la teoria della metafora e metonimia che ha presentato con Mark Johnson nel 1980, la grammatica cognitiva di Ronald Langacker (1987) e la teoria degli spazi mentali di Gilles Fauconnier (1985). Ogni ICM è un insieme complesso, di carattere gestaltico che può essere organizzato tramite strutture proposizionali, schemi d'immagine, proiezioni metaforiche e metonimiche (cfr. Lakoff, 1987: 68). Secondo la loro struttura si possono distinguere gli ICM basati sugli schemi d'immagine, **gli ICM proposizionali**, **gli ICM basati sulla metafora** e **gli ICM basati sulla metonimia**. L'autore pone l'accento sul ruolo degli schemi d'immagine, i quali oltre ad avere la struttura intesa direttamente, sono usati in maniera metaforica per strutturare altri concetti complessi (1987: 283). Così, per esempio, le categorie sono capite in termini di schema di CONTENITORE; le strutture gerarchiche in termini di schemi SU — GIÙ e PARTE — TUTTO; le strutture di relazioni attraverso lo schema di LEGAME; le strutture radiali delle categorie attraverso lo schema CENTRO — PERIFERIA ECC.

Poiché nei capitoli precedenti abbiamo presentato le teorie di Lakoff riguardanti gli schemi d'immagine e la metafora, adesso ci concentreremo sugli ICM proposizionali e quelli basati sulla metonimia.

### 2.3.1. I modelli proposizionali

Lakoff (1987: 285) definisce gli ICM proposizionali come quelli che non usano *mezzi immaginativi* come metafora, metonimia o immagini mentali e suppone che quando comprendiamo la nostra esperienza attraverso modelli proposizionali, imponiamo sul mondo una struttura oggettivista. Inoltre, come spiega l'autore:

Each ICM has an ontology and a structure. The ontology is the set of elements used in the ICM. The structure consists of the properties of the elements and the relations obtaining among the elements. The elements in the ontology may be either basic-level concepts-entities, actions, states, properties etc. — or they may be concepts characterized by cognitive models of other types.

(Lakoff, 1987: 285)

Il linguista distingue e descrive cinque tipi di ICM proposizionali: proposizione semplice, scenario, elenco dei tratti, tassonomia, categoria radiale (cfr. 1987: 285–287).

Una **proposizione semplice** è composta dall'ontologia degli elementi (argomenti) e di un predicato. La sua struttura invece è caratterizzata dallo schema PARTE — TUTTO, dove la proposizione è tutto, mentre il predicato è una parte e gli argomenti sono altre parti. Inoltre, tra gli argomenti si possono notare delle relazioni semantiche, rappresentate nella struttura dallo schema di LEGAME.

L'ontologia di uno **scenario** contiene: uno stato iniziale, una serie di eventi, uno stato finale. Di conseguenza, la sua struttura è basata sullo schema ORIGINE — PERCORSO — META nel dominio di tempo. Ogni elemento dello scenario è una parte della sua totalità. Di solito, nella sua ontologia, vi si trovano anche persone, cose, proprietà, relazioni e proposizioni. Per di più lo schema di LEGAME rappresenta delle relazioni di causalità, identità ecc., esistenti tra i vari elementi dell'ontologia. Lo scenario possiede anche la struttura finale che specifica lo scopo delle persone che ne fanno parte.

Secondo la struttura dell'**elenco dei tratti** gli elementi della sua ontologia sono le proprietà situate dentro il CONTENITORE. L'elenco dei tratti può rappresentare le categorie classiche.

Gli elementi dell'ontologia nel **modello tassonomico** sono tutte le categorie. Ogni categoria ha una struttura di CONTENITORE, mentre la gerarchia viene rappresentata nella struttura dagli schemi SU — GIÙ e PARTE — TUTTO; ogni categoria di ordine superiore è una totalità, mentre le categorie di ordine inferiore sono le sue parti. Ogni categoria di livello superiore racchiude

in sé tutte le sue categorie di livello inferiore. Su ogni livello le categorie non si sovrappongono.

La **categoria radiale**, oltre avere una struttura di CONTENITORE, come le altre categorie, è anche strutturata dallo schema CENTRO — PERIFERIA. Una delle sue sotto-categorie è il centro al quale sono unite le altre, attraverso vari tipi di legami.

### 2.3.2. I modelli metonimici e la nozione di metonimia

Mentre i modelli metaforici vengono creati attraverso la proiezione parziale della struttura di un dominio origine a un dominio bersaglio, nei modelli metonimici la proiezione avviene nell'ambito di un singolo dominio concettuale strutturato dall'ICM. Distinguendo due elementi: A e B nell'ICM, legati tra di loro con la relazione "A rappresenta B", dove B è categoria, mentre A è uno dei suoi membri o una sottocategoria, otteniamo una struttura metonimica della categoria, in cui A è un prototipo metonimico.

La metonimia è un fenomeno molto comune, in cui un aspetto ben noto o facilmente percepito di una cosa viene usato per rappresentare un'altra sua parte oppure la cosa intera. Per esempio il lessema *rosso* può indicare una persona dai capelli rossi, i nomi di luogo possono essere usati per indicare le istituzioni che vi si trovano, un elemento di uno scenario può rappresentare l'intero ICM ecc. Lakoff (1987: 77–90) è soprattutto interessato ai casi in cui una sottocategoria o un membro è usato per comprendere un'intera categoria. Rilevando che esistono molti tipi di modelli metonimici, l'autore ne distingue sette: uno stereotipo sociale, un esempio tipico, un ideale, un esemplare, un generatore, un sottomodello, un esempio saliente.

Gli **stereotipi sociali** possono rappresentare un'intera categoria. Di solito la gente se ne rende conto e spesso li sottopone alla discussione pubblica. Essendo aspettative culturali, gli stereotipi sociali cambiano nel tempo. Sebbene siano riconosciuti come imprecisi o anche sbagliati, non di rado sono usati nel ragionamento e nel giudizio critico, per definire aspettative e trarre conclusioni. Per verificare se una caratteristica appartiene allo stereotipo sociale del concetto possiamo presentarla in una frase avversativa, secondo il modello: è (*il concetto*) ma è (*la caratteristica*). Quando la frase ci sembra strana, la caratteristica appartiene alla visione stereotipata del concetto. In questo modo Lakoff (1987: 81) presenta il fatto di essere casalinga (non lavorare a pagamento) come una caratteristica stereotipica del concetto di madre: *È madre ma non lavora.* vs *È madre ma lavora.*

Una gran parte del nostro sapere sulle categorie degli oggetti concreti è organizzata intorno agli **esempi tipici**, mentre il ragionamento basato sui casi tipici è uno degli aspetti fondamentali della ragione umana. Il nostro sapere sui casi tipici viene generalizzato ai casi non tipici, ma non vice versa. Al contrario degli stereotipi sociali, l'uso degli esempi tipici, è di solito inconscio e automatico, mentre gli stessi esempi non dipendono dalle aspettative culturali e non cambiano così facilmente nel tempo. Possono invece dipendere dal mondo circostante: in America il tordo è riconosciuto un esempio tipico di uccello, invece in Polonia la maggioranza della gente indicherebbe come tale il passero.

I **casi ideali** sono supposti possedere le qualità positive della categoria. Essi vengono spesso utilizzati per coordinare il nostro sapere culturale. Ci prefiggiamo degli scopi e valutiamo altri membri della categoria basandoci sui casi ideali. Gli ideali sono diversi sia dagli stereotipi sia dagli esempi tipici: un marito ideale non ha le stesse qualità che un marito tipico o stereotipico. Nell'ambito della stessa categoria possiamo osservare anche più ideali che hanno varie qualità positive.

Gli **esemplari** sono creati in riferimento a un membro della categoria che è un ideale oppure il suo contrario. Li usiamo nelle espressioni come: *un altro Einstein, è come una Ferrari tra le Fiat*, quando creiamo e seguiamo delle classificazioni dei migliori film, delle persone più ricche, dei posti più belli ecc. Il nostro sapere sugli esemplari frequentemente influisce sulle nostre azioni. Accade spesso che la gente idealizzi le persone che sono esemplari di una certa disciplina e rimane delusa quando anche loro mostrano non solo pregi, ma anche difetti.

Abbiamo a che vedere con i **generatori** quando i membri di una categoria sono definiti attraverso i suoi membri centrali e alcune regole generali. Così i numeri naturali sono caratterizzati dalle singole cifre e regole di aritmetica, invece i numeri reali sono capiti metonimicamente in termini di numeri naturali, cioè una sottocategoria usata per generare delle categorie più grandi.

Secondo Lakoff (1987: 89) i **sottomodelli** servono da "cognitivi punti di riferimento" (cfr. Rosch, 1975: 532–47) che vengono usati nel ragionamento soprattutto per fare approssimazioni e valutare le dimensioni. Alcuni sottomodelli hanno origini biologiche (es. colori fondamentali), altri derivano dalla cultura (es. sette peccati capitali) ma il loro esempio usato più spesso è la serie delle potenze di numero dieci: dieci, cento, mille ecc., a cui riferiamo gli altri numeri (es. 98 è approssimativamente 100).

Gli **esempi salienti** sono i membri della categoria riconosciuti da noi come familiari, memorabili o per qualche motivo notevoli, attraverso i quali comprendiamo tutta la categoria. Li usiamo generalizzando le loro qualità su tutta la categoria. Il riferimento agli esempi salienti può influire sulla

nostra valutazione della probabilità. Per esempio è molto probabile che, se un nostro amico o parente avesse dei problemi con la sua nuova Volvo, noi, cercando una macchina, non sceglieremmo una Volvo, nonostante che, secondo le statistiche, sia una delle macchine più solide.

Anche se Lakoff (1987: 77–90) nella sua opera presenta solo sette tipi di metonimia, descrivendo la relazione parte–tutto, possiamo distinguere anche altri suoi tipi. Lo fanno Morton E. Winston, Roger Chaffin e Douglas Herrman (1987) prendendo in considerazione tre criteri riguardanti la parte rappresentante tutta la categoria:

- (a) è una parte funzionale o non funzionale,
- (b) è omeomerica o non omeomerica,
- (c) è separabile dalla totalità o inseparabile.

Combinando questi criteri, gli autori individuano sei tipi della relazione parte–tutto, i quali vengono presentati con le loro caratteristiche nella tabella n° 1.

Tabella n° 1

## Tassonomia delle relazioni mereologiche

Tipo di relazione	Elementi della relazione		
	funzionale	omeomerico	separabile
Componente / oggetto integrale	+	–	+
Membro / collezione	–	–	+
Porzione / massa	–	+	+
Materia / oggetto	–	–	–
Tappa / azione	+	–	–
Posto / zona	–	+	–

Winston, Chaffin, Herrman, 1987: 421.

Paragonando le due classificazioni Ewa Miczka (2002: 84–88) osserva che tutti i tipi di modelli metonimici identificati da Lakoff (1987: 77–90) appartengono alla stessa categoria delle relazioni mereologiche, cioè la relazione tra il membro e la collezione. Da questo fatto la linguista polacca trae la conclusione che la relazione tra la collezione e il suo membro, essendo utilizzata per creare stereotipi, esempi tipici, per indicare ideali ed esemplari, usata per individuare generatori, sottomodelli o esempi salienti, è particolarmente importante per i nostri meccanismi cognitivi.

### 2.3.3. I modelli simbolici

I modelli simbolici, al contrario dei modelli finora presentati, che erano di natura puramente concettuale, derivano dall'associazione di elementi concettuali con elementi linguistici. Il significato di elementi lessicali è rappresentato come un elemento dell'ICM, il quale, da parte sua, è usato come lo sfondo per definire il lessema. In altre parole le espressioni linguistiche ottengono i loro significati o attraverso un'associazione diretta agli ICM o/e possedendo certi elementi degli ICM.

Il linguaggio, secondo questa teoria, è basato sulla cognizione e le sue strutture usano gli stessi strumenti che sono utilizzati per strutturare i modelli cognitivi, cioè gli schemi d'immagine. Sottolineando la natura del linguaggio legata all'idea della mente incorporata Lakoff dice:

Language is made meaningful because it is directly tied to meaningful thought and depends upon the nature of thought. Thought is made meaningful via two direct connections to preconceptual bodily functioning, which is in turn highly constrained, but by no means totally constrained, by the nature of the world that we function within.

(1987: 291–292)

### 2.3.4. Le relazioni tra i vari tipi di ICM

Una buona sintesi della classificazione dei vari tipi di ICM si trova nell'opera di Miczka (2002: 89), dove l'autrice la presenta in forma di una tabella (tabella n° 2) che non solo ordina vari tipi di modelli, ma anche indica il fatto, frequentemente accentuato da Lakoff, che i modelli cognitivi idealizzati derivano e vengono strutturati dagli schemi d'immagine. Per di più, possiamo osservare che gli ICM sono di natura concettuale, perciò quando parliamo di modelli cognitivi idealizzati in rapporto alla lingua, in realtà ci riferiamo agli ICM *simbolici*.

Tabella n° 2

Le relazioni tra modelli cognitivi idealizzati,  
schemi d'immagine cinestetica e modelli simbolici

I. Schemi d'immagine cinestetica		
1) contenitore 2) parte – tutto 3) legame 4) centro – periferie 5) origine – percorso – meta 6) su – giù 7) davanti – dietro 8) schema di sistemazione lineare		
II. Modelli cognitivi idealizzati che spuntano dagli schemi d'immagine cinestetica		
A. Modelli proposizionali	B. Modelli metaforici	C. Modelli metonimici
1) opinione sull'oggetto 2) scenario ( <i>script</i> ) 3) elenco dei tratti attribuiti all'oggetto 4) tassonomia; a seconda dei criteri di appartenenza realizzata da: a) categorie classiche b) categorie naturali 5) struttura radiale della categoria	1) metafore strutturali 2) metafore ontologiche 3) metafore spaziali	1) stereotipo sociale 2) esempio tipico 3) ideale 4) esemplare 5) generatore 6) sottomodello 7) esempio saliente
III. Modelli simbolici, in cui i concetti vengono tradotti in unità linguistiche		
Modelli cognitivi idealizzati collocati nel sistema linguistico: 1) proposizionali 2) metaforici 3) metonimici		

Estratto da: Miczka, 2002: 89.

## 2.4. Applicazioni dei modelli concettuali all'analisi dei *sentimenti*

Le teorie finora presentate hanno fornito la base e gli strumenti per un ricco ventaglio di studi su vari concetti astratti. Tuttavia, non abbiamo riscontrato tra di loro nessun lavoro sulla concettualizzazione degli stati di coscienza alterata. Le opere più vicine all'oggetto del nostro studio riguardano gli *stati affettivi della coscienza, di segno positivo o negativo* (Garzanti 2003), cioè i *sentimenti*.

*Konceptualizacja uczuć w języku polskim* di Iwona Nowakowska-Kempna (1995) è una delle prime opere sulla concettualizzazione degli stati di

coscienza umana che abbiano preso in considerazione l'esperienza corporea dello sperimentatore. La linguista nel suo lavoro non di rado rileva il legame tra la concettualizzazione dei sentimenti e la loro esperienza corporea conformemente all'affermazione di Lakoff che la mente è incorporata (cfr. Nowakowska-Kempna, 1995: 115–119, 123–127).

Parlando dell'incorporamento dei sentimenti nella lingua, l'autrice, essendo d'accordo con Lakoff e Johnson (1995: 126–127) che la metafora svolga un ruolo fondamentale nel nostro sistema concettuale, accentua l'importanza delle espressioni fraseologiche, le quali, di solito hanno motivazione metaforica e/o metonimica. Nowakowska-Kempna (2000) torna sul tema della metafora nella concettualizzazione dei sentimenti nel suo articolo del 2000, in cui riporta anche altre teorie presentate nella parte precedente del nostro lavoro come schemi d'immagine di Johnson e di Lakoff (Nowakowska-Kempna, 2000: 42–47) e modelli cognitivi idealizzati di Lakoff (Nowakowska-Kempna, 2000: 36, 41–42, 44).

Non negando la tesi secondo la quale i sentimenti non possono essere espressi pienamente tramite le parole (Scheller, 1916: 62–64; Wittgenstein, 1972; Wierzbicka, 1971: 30), la studiosa contesta l'opinione di Lakoff e Johnson (1988: 83, 168, 220, 223), che sia difficile presentare la struttura concettuale dei sentimenti. Secondo Nowakowska-Kempna (2000: 35) non vi sono problemi nella presentazione della loro struttura concettuale, anche se essa è costituita da poche proprietà inerenti.

Una gran parte dell'opera di Nowakowska-Kempna è dedicata all'analisi della distinzione tra sentimenti-affetti (di breve durata) e sentimenti-approcci emozionali, che può essere osservata a vari livelli, per esempio nella scelta del pre-concettuale schema d'immagine, il quale per i sentimenti-affetti è ORIGINE — PERCORSO — META, invece per i sentimenti-approcci emozionali è lo schema di LEGAME.

In questa ottica è interessante che sia lo schema di LEGAME sia lo schema ORIGINE — PERCORSO — META appaiono come base del concetto d'amore nell'opera di Bogusław Bierwiaczzonek (2002: 69). L'autore esaminando l'amore dalla prospettiva semasiologica distingue i domini di: EMOZIONI, ATTEGGIAMENTO PROPOSIZIONALE, VOLIZIONI, COMPORTAMENTI come quelli in cui si manifestano delle proprietà di varie sottocategorie dell'amore. Discutendo il dominio di EMOZIONI, Bierwiaczzonek accetta la distinzione di Nowakowska-Kempna (1986, 1995, 2000) tra sentimenti-affetti e sentimenti-approcci emozionali, però la riconosce come una qualità scalare. Inoltre, osserva che spesso la stessa predicazione può designare sia un affetto che un'emozione (Bierwiaczzonek, 2002: 75; cfr. 1995, 1997).

Il più grande influsso sul nostro lavoro ha avuto la parte dell'opera di Bierwiaczzonek (2002) dedicata all'analisi dell'amore fatta dalla prospettiva onomasiologica, in cui lo studioso presenta nei capitoli distinti le metafo-



re: dei due *amanti* (2002: 112–131), della *persona che ama* (2002: 131–134), dell'*oggetto dell'amore* (2002: 134–138), e dell'*amore* stesso (2002: 138–146). Inoltre, indica la possibilità della proiezione alternativa nell'ambito delle metafore L'AMORE È UN VIAGGIO e L'AMORE È GUERRA e indica le implicazioni e contraddizioni che emergono dalle varie visioni metaforiche dell'*amore*.

Nelle conclusioni finali Bierwiazzonek afferma quanto segue:

What is crucial, however, is that no matter how many different models can be suggested, they are not mutually exclusive and can coexist within cultures, within social groups, and possibly even within single individuals. At the same time, it is precisely such models that determine the identity of cultures, social groups, and individuals.

(2002: 211)

### 3. I ruoli tematici

Siccome nella parte analitica del nostro lavoro porremo in rilievo il momento di passaggio dallo stato di veglia agli altri stati di coscienza e viceversa, adesso presenteremo diverse teorie di ruoli tematici, tra cui più dettagliatamente tratteremo la teoria di proto-ruoli tematici di David Dowty sulla quale baseremo la nostra analisi dei verbi con cui vengono espressi i cambi dello stato di coscienza.

#### 3.1. Varietà di termini e di approcci

Il termine **relazioni tematiche** (modificato poi in **ruoli tematici**) è stato introdotto da Jeffrey S. Gruber (1965) e successivamente diffuso e approfondito da Ray S. Jackendoff (1972, 1976, 1983, 1987). Come una categoria semantica, i ruoli tematici corrispondono, in gran parte, ai casi profondi (*Deep Cases*) di Charles Fillmore (1966, 1968), i quali, da loro parte, si riferiscono a *case relationships* di Frank R. Blake (1930) e ai più remoti *kāraḥas* identificati da Pāṇini (cfr. Bhate, Kak, 1993 e Cardona, 1974). I casi profondi, però, svolgono un ruolo diverso nella teoria fillmoriana da quello della teoria di relazioni tematiche di Jackendoff. Anche altri studiosi di vari campi di linguistica, nelle cui teorie è presente il concetto di ruoli tematici non hanno saputo trovare il consenso né nella scelta del termine (oltre ai termini già presentati possiamo anche trovare *theta-ruoli* di Noam Chomsky (1981) o *theta-grids* di Tim Stowell (1981)) né nella sua definizione. È discutibile perfino la questione se i ruoli tematici dovessero essere trattati come unità sintattiche, lessicali, semantiche o concettuali.

Tra diversi approcci ai ruoli tematici Dowty distingue due tipi fondamentali: per l'uno i ruoli tematici sono soprattutto le nozioni di strutture concettuali, mentre per l'altro la loro funzione essenziale è catalogare gli argomenti.

Un rappresentante del primo approccio è Jackendoff, il cui interesse verso le **relazioni tematiche** (il suo termine dei ruoli tematici) è emerso dalla volontà di descrivere gli schemi semantici nella subcategorizzazione lessicale e nella sintassi, la quale, secondo lui, rivela una struttura concettuale. Per Jackendoff (1983, 1987) le relazioni tematiche non sono i primitivi concettuali, ma le configurazioni degli operatori primitivi come CAMBIARE, ESSERE, CAUSARE nella struttura concettuale. Alcuni verbi possono assegnare più ruoli allo stesso argomento, altri attribuiscono lo stesso ruolo a due argomenti diversi. Per esempio, esaminando verbi come *comprare / vendere*, Jackendoff (1987: 381) afferma che non esiste nessuna motivazione per cui una delle persone partecipanti allo scambio del possesso dovrebbe agire più attivamente dell'altra. Di conseguenza, nel caso di questo tipo di verbi abbiamo a che fare con due Temi, due Fonti e due Mete. Per di più, secondo Jackendoff (1987: 387) in certi verbi un ruolo tematico, invece di essere assunto da un argomento, viene espresso dal significato del verbo. Per esempio, il verbo *imburrare* assegna il ruolo Meta a un argomento, mentre Tema viene *interamente espresso dal verbo* (Jackendoff, 1987: 387; cfr. Dowty, 1991: 550).

Un approccio molto diverso rappresenta Fillmore (1968) con la sua prima versione della **grammatica del caso**, dove i casi profondi servono proprio a catalogare gli argomenti, visto che nella struttura profonda a un argomento corrisponde uno dei casi, e non è possibile che ci siano nella stessa frase più argomenti con il medesimo caso. Il problema emerso da tale approccio è la necessità di saper definire precisamente ogni ruolo tematico nel modo da distinguerlo facilmente dagli altri ruoli e da poter attribuire in maniera chiara e definitiva ogni argomento di ogni verbo nella lingua a uno dei ruoli tematici prefissi, senza la possibilità di assegnarvi due o più ruoli, o oscillare tra di loro, e così che mai due argomenti di un verbo siano definiti dallo stesso ruolo. Questa condizione è molto difficile da adempiere nell'ambito delle lingue naturali, e non solo ha evidenziato le difficoltà nel formulare le definizioni esatte dei ruoli tematici, ma anche ha creato un nuovo problema — la frammentazione dei ruoli.

### 3.2. I problemi nell'identificazione dei ruoli tematici

Come già abbiamo accennato, il concetto di ruoli tematici provoca tra gli studiosi molti dissensi sia riguardanti la loro natura (sintattica, lessicale o semantica/concettuale), sia la loro definizione o identificazione.

Uno dei problemi più vivi è la mancanza di consenso nella formazione dell'elenco dei ruoli tematici. Anche se la maggioranza dei linguisti è d'accordo che la teoria dovrebbe contenere un numero finito e limitato dei ruoli tematici, nessuno degli scienziati da noi conosciuti, ne ha presentato un elenco completo, accettabile per gli altri studiosi. Come la proposta più esauriente, Dowty indica quella di Blake (1930) in cui l'autore presenta un sistema di 87 ruoli tematici temporali e locativi e 26 altri ruoli affermando che le relazioni tra i casi (*case relationships*), come li chiama, sono numerose, ma di quantità finita, non sono soggettive, né dipendenti dalle elucubrazioni delle menti individuali, ma sono oggettivi, definiti e determinati una volta per sempre dai generali principi grammaticali e le leggi del pensiero (cfr. Dowty, 1991: 548).

Le divisioni proposte da altri linguisti oscillano da qualche a centinaia di ruoli. Per dimostrare due estremi opposti possiamo richiamare la teoria di John M. Anderson (1971), che individua solo tre ruoli tematici: Fonte, Luogo, Goal, da cui derivano tutti i valori non locativi, contrastata dalla proposta presentata da parte di alcuni studiosi legati alla teoria di Government-Binding, i quali hanno postulato di sostituire i tipici ruoli tematici con i ruoli tematici individuali caratterizzanti ogni verbo separatamente, ignorando la possibilità della generalizzazione dei ruoli tematici e dell'individuazione della parte comune tra gli argomenti dei diversi verbi (cfr. Marantz, 1984; van Riemsdijk e Williams, 1986).

Non solo gli autori della teoria di ruoli tematici individuali tuttavia, sono caduti nella trappola della frammentazione dei ruoli. Per esempio Agente (uno dei ruoli più spesso elencati dai linguisti) è stato diviso da D. Alan Cruse (1973: 18–21) in quattro: Volitivo, Effettutivo, Iniziativo, Agentivo, mentre secondo George Lakoff (1977: 244) dovrebbe essere sostituito da fino a quattordici caratteristiche diverse.

Questa situazione è legata alle difficoltà nella formulazione delle definizioni precise di ogni ruolo e nell'identificazione dei ruoli nei contesti specifici. Esistono dei dubbi se Tema e Paziente, o Goal e Beneficiario sono dei ruoli distinti o solo due termini indicanti lo stesso ruolo (cfr. Dowty, 1991: 548–549). D'altra parte, siccome gli elenchi dei ruoli tematici finora presentati sembrano insufficienti per rendere la relazione specifica tra il verbo e i suoi argomenti, sempre vengono proposti i ruoli nuovi come Figura e Fondo (Talmy, 1985a), Neutrale (Rozwadowska, 1988), Landmark (Jackendoff, 1983), Subject (Baker, 1985) ecc. Tutto questo di sicuro non aiuta nel lavoro di sistematizzazione dei ruoli tematici.

Una delle proposte indicanti un modo di risolvere il problema di frammentazione dei ruoli tematici è la *Role-and-Reference-Grammar* (RRG) di William A. Foley e Robert D. van Valin (cfr. Foley e van Valin, 1984; van Valin, 1990, 1993; van Valin e LaPolla, 1997). In questa teoria gli

autori distinguono solo due **macroruoli semantici** sovraordinati ai segmenti di una scala orientata polarmente dalla massima agentività all'assenza di agentività:

Agent > Effector > Experiencer > Locative > Theme > Patient

Il macroruolo *Actor* è assegnato all'argomento più attivo, mentre *Undergoer* a quello più passivo. In questo modo *Agent* è un Attore prototipico, invece *Patient* è il prototipo di *Undergoer*. Anche *Effector* ed *Experiencer* vengono sottoordinati ad *Actor*, quando *Locative* e *Theme* a *Undergoer*. L'assegnamento di macroruoli dipende dalla struttura logica (*logical structure*) di ogni verbo. Il numero di macroruoli assegnati da un verbo è uguale o inferiore al numero di argomenti. Un verbo può assegnare da zero a due macroruoli in base al suo numero di argomenti semantici.

I macroruoli sono sintatticamente realizzati dal soggetto e dal complemento diretto. Quindi un verbo bivalente ha due macroruoli se è transitivo, ma soltanto uno se è intransitivo.

(Kailuweit, 2000)

Un'altra soluzione del problema di frammentazione dei ruoli tematici propone Dowty (1991). Secondo noi la sua teoria merita un esame più dettagliato, visto che risolve le difficoltà di cui sopra in modo interessante e nitido. L'autore di *Thematic Proto-Roles and Argument Selection* indica come fonte dei problemi l'inesistenza del modo che permetterebbe di decidere da che tipo di dati vengono motivati i ruoli tematici e, di conseguenza, il confondere dei ruoli tematici con altre generalizzazioni di carattere sintattico, semantico o pragmatico oppure risultanti dalle restrizioni esistenti tra la sintassi e le strutture discorsive. Nel suo lavoro Dowty (1991: 562) decide di limitare i dati che motivano l'esistenza di uno o l'altro tipo di ruolo tematico a quelli rilevanti nella selezione degli argomenti. Lui postula:

- (i) no semantic distinction will count as relevant data for our theory of roles unless it can be shown to be relevant to argument selection somewhere in some language, no matter how traditional a role it characterizes; and
- (ii) any semantic distinction that can definitely be shown to be relevant to argument selection can count toward defining a role type, no matter whether it relates to a traditional role or not.

(Dowty, 1991: 562)

In conseguenza di ciò Dowty (1991: 563–564) elimina dall'elenco dei ruoli tematici le relazioni dipendenti dalla prospettiva come *Figure vs Ground*

(cfr. Talmy, 1978, 1985a, 1985b) o *Theme* (usato con i predicati statici) vs *Location* (cfr. Gruber, 1965), non negando, però, l'importanza della suddetta distinzione, ma solo affermando che essa ha carattere diverso da quello dei ruoli tematici, visto che dipende dalle strutture discorsive.

D'altronde, Dowty (1991: 567–571) include nella lista un nuovo ruolo, legato ai predicati telici, che chiama *Tema incremetale* (*Incremental Theme*). Come gli esempi di questo ruolo indica:

- ‘*effected*’ objects — oggetti esistenti come risultati dell'azione, per esempio: *costruire una casa, scrivere una lettera*,
- ‘*destroyed*’ objects — oggetti distrutti dall'azione, per esempio: *mangiare un panino, demolire una casa*,
- oggetti sottoposti a un determinato cambiamento di stato, come: *dipingere una casa, pulire la camera, correggere un articolo*.

Dowty (1991: 168) sottolinea che in molti casi il ruolo tradizionale *Tema* (*Theme*), indicante le cose in movimento sottoposte al cambiamento di stato, non è *Tema incremetale* (*Incremental Theme*), perché tra l'argomento caratterizzato da quest'ultimo e il predicato esiste sempre una relazione di omomorfismo, assente nei casi come *morire, riconoscere la faccia, toccare il traguardo*, visto che il cambiamento di stato non viene effettuato in tappe distinguibili. Invece in casi come *alzare il termostato* o *spingere il carretto*, il cambiamento di posizione o stato è indefinito e atelico (1991: 567–571).

Dopo queste operazioni Dowty (1991: 572) propone come la soluzione del problema di frammentazione dei ruoli (similmente a Foley e van Valin) di individuare solo due ruoli tematici, i quali, però, contrariamente alla proposta degli autori di *Role-and-Reference-Grammar*, non sarebbero categorie discrete, ma due concetti complessi, di carattere prototipico.

### 3.3. I proto-ruoli tematici di David Dowty

In questo modo Dowty individua i ruoli di Proto-Agente e di Proto-Paziente affermando che, come nelle categorie prototipiche, l'appartenenza di ogni argomento a uno dei ruoli è una questione di grado.

Come qualità tipiche del Proto-Agente Dowty propone cinque caratteristiche:

- (a) partecipazione volontaria all'evento o allo stato,
- (b) *sentience* e/o percezione rispetto all'evento o allo stato denotato dal verbo,
- (c) causa dell'evento o del cambiamento di stato di un altro partecipante,
- (d) movimento (relativo alla posizione di un altro partecipante),
- (e) (esistenza indipendente dall'evento indicato dal verbo),

— invece il ruolo di Proto-Paziente:

- (a) è sottoposto al cambiamento di stato,
- (b) è tema incrementale,
- (c) subisce l'evento, il cambiamento di stato causato da un altro partecipante,
- (d) è un punto di riferimento statico del movimento di un altro partecipante,
- (e) (non esiste indipendentemente dall'evento).

L'autore riconosce che l'elenco delle qualità presentato da lui è molto simile a quello trovato nelle opere di Edward L. Keenan (1976, 1984), sottolinea al tempo stesso che nel suo lavoro le suddette qualità vengono interpretate in modo diverso.

Per Dowty (1991: 573) la partecipazione volontaria deve essere capita come *intenzionalità* del partecipante e sia l'azione volontaria, sia il trattenersi dall'azione la presuppone. Beatrice Primus (2002: 3), invece, postula di sostituire l'intenzionalità con il termine di Simon C. Dik (1978), il *controllo* visto che la ricerca psicologica (cfr. Libet, 1985) ha dimostrato che la parte cosciente nell'iniziare un'azione non è un impulso ad agire, ma il controllo di questo impulso. Secondo noi, la sostituzione potrebbe essere giustificata se non il fatto che il termine proposto implica il controllo dell'agente durante tutto il corso dell'azione e non solo nel momento iniziale. Nel corso della nostra analisi rifletteremo, se il controllo sull'azione svolta non dovrebbe essere trattato come una caratteristica autonoma.

Il termine inglese *sentience*, di cui non abbiamo trovato un buon equivalente italiano, comprende in sé sensazione, emozione, atteggiamento o consapevolezza della situazione espressa dal verbo. Dowty (1991: 573) indica i verbi come *sapere, credere, essere deluso, vedere o avere paura* ecc. come esempi dei predicati implicanti solo la caratteristica di *sentience* / percezione al Proto-Agente. L'autore, tuttavia, non decide autoritariamente se le nozioni di *sentience* e percezione dovrebbero o non dovrebbero essere trattate come la stessa caratteristica.

Se accettiamo la definizione, secondo la quale la causa è una somma delle condizioni necessarie (cfr. Primus, 2002: 5), la terza proprietà del Proto-Agente si rivela essere una qualità graduale. Possiamo anche notare, che molto spesso, ma non sempre, è accompagnata dal movimento.

Il movimento, invece, non esige né *sentience*, né *intenzionalità* in verbi come *passare* o *cadere*, ma è una qualità del Proto-Agente solo quando è un'attività autonoma, cioè quando la fonte dell'energia deriva dal partecipante. Quando, al contrario, il movimento è causato da un altro partecipante, è considerato una delle caratteristiche di Proto-Paziente.

Dowty (1991: 572) ha posto l'ultima caratteristica del Proto-Agente tra parentesi non essendo convinto se sia una qualità legata alla nozione dei ruoli tematici o alla scelta del soggetto. L'esistenza indipendente presume che il referente esista prima e dopo l'evento denotato dal verbo. Anche se si

possono trovare dei verbi che implicano come unico tratto del Proto-Agente l'esistenza indipendente, tutti i soggetti che possiedono almeno una delle qualità del Proto-Agente presentate nei punti da (a) a (d) esistono indipendentemente dall'azione denotata dal verbo.

Il primo dei tratti di Proto-Paziente include sia venire all'esistenza o smettere di esistere, sia definiti o indefiniti cambiamenti di stato. Il tema incrementale è stato descritto nel paragrafo precedente, mentre il resto delle qualità di Proto-Paziente sono gli inversi delle caratteristiche di Proto-Agente: se un verbo impone una di quelle caratteristiche a un argomento, nello stesso tempo impone la caratteristica corrispondente dell'altro ruolo a un altro argomento.

I predicati possono imporre sui loro argomenti una o più caratteristiche dello stesso proto-ruolo, ma anche di due proto-ruoli diversi. La decomposizione dei ruoli in qualità elementari è impossibile, siccome i limiti dei proto-ruoli sono imprecisi e alcuni loro tratti come *sentience* o *causa* sono qualità graduali. L'appartenenza a uno dei proto-ruoli ha carattere scalare e dipende dalla quantità delle caratteristiche appartenenti a ciascuno dei ruoli.

Dowty afferma che la sua scelta dei tratti di due proto-ruoli è migliore delle classificazioni tradizionali, perché è legata all'esperienza e alla vita umana di ogni giorno:

It is certainly not obvious that in ordinary reasoning and conversation people directly pay attention to or worry about whether something really was or was not a Theme or a Source or an Agent [...]; but we do concern ourselves all the time [...], with whether an act was really volitional or not, whether something really caused something or not, whether somebody was really aware of an event or state or not, or had a certain emotional reaction to it, whether something was moving or stationary, whether something changed in a certain way or not, whether an event was finished or not, and whether an act produced something as a result or not.

(Dowty, 1991: 575)





## Parte II

### Analisi di modelli metaforici di alcuni stati di coscienza alterata



# 1. La scelta del termine e la sua definizione

In cerca di una definizione adeguata dell'oggetto della nostra analisi ci siamo riferiti a numerosi testi psicologici dedicati alla coscienza e ai suoi vari stati. In questa occasione siamo arrivati alla conclusione che non solo le definizioni fornite dalle fonti di cui sopra variano tra di loro, ma anche il termine indicante gli stati di coscienza diversi dalla veglia è soggetto a molte variazioni riguardanti sia i lessemi usati, sia la loro posizione nell'espressione.

In alcuni casi gli autori cercano di motivare la scelta del termine contrapponendo un gruppo di stati a un altro, oppure riferendosi alle caratteristiche attribuite alle parole costituenti il termine. Così, Marcello Del Vecchio (1997: 43) postula di nominare gli stati diversi dallo stato di veglia come "stati 'altri' di coscienza" riservando l'aggettivo *alterato* agli stati di origine morbosa, siccome "nell'accezione comune il termine 'alterato', ha una connotazione negativa" (Del Vecchio, 1997: 43–44). In seguito, Del Vecchio riporta la classificazione di Mario Simões (1994: 37) che presenta quattro caratteristiche degli stati alterati di coscienza che:

- a) insorgono spontaneamente;
- b) diventano un'esperienza dominante della vita;
- c) impediscono scelte adeguate nella vita di relazione;
- d) non trovano, nel contesto dove questi emergono, strutture cognitive o sociali con cui interagire.

(Simões in: Del Vecchio, 1997: 44)

Del Vecchio afferma che questi criteri sono

senz'altro utili ma tuttavia dobbiamo eccepire che anche gli stati altri di coscienza possono avere insorgenza spontanea e che non è affatto detto che in un soggetto con disturbi psicopatologici gli stati "altri" di coscienza debbano diventare per necessità esperienza dominante dell'intera vita.

(Del Vecchio, 1997: 44)

In questo modo la differenza tra due tipi di stato viene di nuovo offuscata e si basa solo sulla connotazione negativa del termine “alterato”.

Intanto, un altro studioso, psicologo e psicoterapeuta Mario Talvacchia nel suo articolo pubblicato sul sito [www.psicolife.com](http://www.psicolife.com) afferma:

L'aggettivo alterato non deve assumere una tonalità negativa o patologica. Quello che per una persona è uno stato di coscienza alterato può essere per un'altra un'esperienza quotidiana. In definitiva, forse, non esiste uno stato di coscienza che possa essere definito normale. Possiamo solo affermare che uno stato di coscienza alterato consiste in un'alterazione radicale della **modalità globale della coscienza**, dove alcune specifiche funzioni psicologiche possono svolgersi in maniera più lenta o più veloce, più o meno efficiente.

(Talvacchia, *Stato di Coscienza Alterato*)

Nonostante che il titolo dell'articolo di Talvacchia (2009) sia *Stato di Coscienza Alterato*, l'autore non rimane fedele a questa denominazione usando anche delle versioni come: “stati di coscienza alterata”, “stati diversi di coscienza”, “stati di coscienza diversi” o “stato di coscienza modificato”, senza fare nessuna distinzione tra di loro.

Al contrario Michela Balconi (2006: 263–264) indica la differenza tra “l'alterazione” e “la modificazione” di coscienza riferendo la prima ai contesti patologici e indicando che la seconda implica “interventi esterni”. Nondimeno spesso descrive i due tipi di stati insieme. Usa invece in maniera intercambiabile le coppie: “stati di coscienza alterata con stati alterati di coscienza e stati di coscienza modificata” con “stati modificati di coscienza” (2006: 263–264, 279).

Durante la nostra ricerca abbiamo notato che in testi molto specialistici viene sottolineato il carattere morboso degli stati alterati di coscienza. Vengono, infatti, associati ad alcune malattie e disturbi psichici come stati depressivi (Balconi, 2006: 263–264), stati dissociati o disturbi dissociativi (Balconi, 2006: 263–264; Liotti, 1993: 23), nevrosi isterica (De Giacomo, Resnik, Pierri, 1980: 132) ecc. Un'eccezione alla classificazione di cui sopra si trova nell'opera di Charles Tart (1977: 138, 146, 177, 259, 267, 278, 283) in cui gli stati alterati di coscienza vengono valutati in modo positivo perché, secondo l'autore, servono a vivere la realtà in maniera più ampia.

Leggendo più attentamente le opere sopracitate possiamo arrivare alla conclusione che, anche se in tutti i testi sono usati termini come “stati alterati di coscienza” / “stati di coscienza alterata”, i loro autori non sempre parlano degli stessi fenomeni. Tart (1977: 16–17) paragonando gli stati ordinari e gli stati alterati di coscienza dice:

entrambi vengono riconosciuti come d-SoC, cioè stati di coscienza discreti in cui una struttura psicologica, nonostante alcune possibili variazioni, rimane stabile ed uniforme. Il d-ASC, lo stato discreto di coscienza alterata, viene definito in rapporto al b-SoC, lo stato di coscienza di base. [...] il d-ASC rappresenta proprio la rottura del b-SoC e il raggiungimento di un nuovo d-SoC con una sua diversa struttura psicologica.

(Bertuccioli, 2004: 219)

Come i metodi per indurre il d-ASC, lo studioso indica il sogno, le forti emozioni, un'intensa attività fisica, la musica, l'alcol, le droghe, la meditazione, l'ipnosi (Tart, 1977: 10, 22, 105, 135, 157).

Purtroppo nelle opere di Michela Balconi (2006) o Giovanni Liotti (1993) non abbiamo trovato definizioni esplicite, le quali si potrebbero mettere a confronto con la proposta di Tart. Però esaminando gli esempi degli stati alterati presenti in questi lavori, come: stato di depersonalizzazione, stati ipnoidi, trance, derealizzazione (Liotti, 1993: 19, 44) abbiamo notato che la categoria degli stati alterati di coscienza di Tart (1977) è più ampia.

Tuttavia, la definizione fornita da Tart non ci sembra adatta al nostro scopo, giacché potrebbe essere incomprensibile a un utente medio della lingua, le cui concettualizzazioni vogliamo esaminare. Le definizioni proposte da Talvacchia (2009) o Del Vecchio (1997: 43–44) ci sembrano troppo generali. Il primo sostiene: "Per stato di coscienza alterato s'intende uno stato di coscienza diverso dallo stato ordinario, o di base, caratterizzato dalla veglia lucida". L'altro riporta la definizione di Arnold M. Ludwig (1969: 9) secondo la quale uno stato alterato di coscienza è

una deviazione nell'esperienza soggettiva o del funzionamento psicologico da certe norme generali dello stesso individuo, riconosciuta come tale dal soggetto o da osservatori.

(Del Vecchio, 1997: 19)

Vista la mancanza di una definizione universalmente accettata dall'ambiente degli psicologi e trovandosi di fronte a tanti termini usati intercambiabilmente abbiamo deciso di servirci delle informazioni fornite dai dizionari per creare una definizione del concetto e scegliere in questo modo la terminologia adatta all'oggetto della nostra ricerca.

Paragonando i termini "stati modificati di coscienza" e "stati alterati di coscienza", abbiamo consultato le definizioni dei verbi *alterare* e *modificare*. Siccome *modificare* secondo *Il Dizionario d'Italiano* (Garzanti 2003) significa 'introdurre un cambiamento o una serie di cambiamenti ritenuti utili o necessari in qualcosa', il che nel caso degli stati di coscienza, non solo potrebbe suggerire un'ingerenza esteriore, ma anche ingiustificata valutazione positiva, crediamo che l'uso dell'aggettivo *alterato* sia più adatto, anche se non

proprio inappuntabile dato che può avere connotazioni negative, le quali preferiremmo evitare.

Tra le due versioni di termine: “stati alterati di coscienza” e “stati di coscienza alterata”, abbiamo scelto la seconda. Tuttavia, vogliamo sottolineare che entrambe sono presenti e intercambiabili sia nei testi specialistici che negli usi quotidiani. La scelta del termine usato nel titolo del libro è dovuta dal fatto che, secondo noi, l’alterazione non riguarda lo stato di coscienza, ma la coscienza stessa (o una sua parte) definita come ‘consapevolezza di sé e del mondo esterno’ (Garzanti 2003). Gli stati da noi analizzati non sono riconosciuti come alterazioni dello stato cosciente, ma la coscienza di cui dispone il loro sperimentatore è alterata rispetto a quella posseduta nello stato di veglia. Di conseguenza **come gli stati di coscienza alterata riconosciamo tutti gli stati in cui la consapevolezza o della nostra esistenza o del mondo circostante, oppure di tutti e due elementi viene alterata, indipendentemente dal fattore che provoca questa alterazione.** Ci rendiamo conto che conformemente a questa definizione la categoria degli stati di coscienza alterata è molto vasta e che sarebbe impossibile presentare la concettualizzazione di tutti i suoi elementi in un solo lavoro. Perciò nella nostra opera ci concentreremo su quattro dei suoi rappresentanti, cioè sul *sonno*, sul *sogno*, sulla *meditazione* e sull’*ipnosi*.

## 2. La concettualizzazione del *sonno*

### 2.1. Le definizioni del *sonno* e le caratteristiche del concetto

Nel 1913 Henri Pieron ha scritto la dissertazione riconosciuta come il primo testo sul *sonno* presentato dal punto di vista fisiologico: *Le problème physiologique du sommeil*, in cui ha definito il *sonno* come

uno stato fisiologico periodicamente necessario, con una ciclicità relativamente indipendente dalle condizioni esterne e caratterizzato da una interruzione dei complessi rapporti sensoriali e motori che collegano il soggetto con il suo ambiente.

(cfr. Mancia, 2007: 333)

Le definizioni del *sonno* offerte dai vocabolari della lingua italiana sono molto simili e differiscono poco da quella, fornita oltre cento anni fa dallo psicologo francese. Nel *Dizionario della lingua italiana* (De Mauro Paravia on-line) il *sonno* è presentato come

stato di riposo fisico e psichico, caratterizzato dalla sospensione, completa o parziale, della coscienza e della volontà, dal rallentamento delle funzioni neurovegetative e dall'interruzione parziale dei rapporti sensomotori del soggetto con l'ambiente, indispensabile per il ristoro dell'organismo.

Il *Dizionario d'Italiano* (Garzanti 2003) aggiunge che il *sonno* è un 'fenomeno biologico periodico', omette però l'informazione che sia la sospensione della coscienza sia l'interruzione dei rapporti sensomotori con l'ambiente non sempre sono totali. Anche il *Vocabolario italiano* (De Agostini on-line) sottolinea la periodicità e la temporaneità del *sonno*. In una delle pagine web dell'Università di Bologna dedicate allo studio di *sonno* viene messo in rilievo il fatto che:



Pur rappresentando un periodo di profondo isolamento senso-motorio dell'organismo dall'ambiente esterno, il sonno è caratterizzato da un'attività cerebrale continua. Inoltre, il metabolismo cerebrale, risulta solo leggermente ridotto durante il sonno NREM e ritorna ai livelli tipici della veglia durante il sonno REM. **Il cervello, quindi, durante il sonno non è inattivo.**

(Amici, Parmeggiani, 2006)

Nei testi scientifici e divulgativi dedicati al *sonno* vengono spesso sottolineate le sue caratteristiche come la ciclicità, la disomogeneità, la divisione in fasi distinte. Sergio Angilieri sulla sua pagina web afferma: "Il Sonno non è uno stato omogeneo" (Angilieri, 2000). In un altro sito divulgativo possiamo leggere che, grazie alla registrazione dell'elettroencefalogramma, "è stato possibile dare evidenza al fatto che il sonno evolve in modo continuo mostrando in regolare successione aspetti bioelettricamente diversi"<sup>1</sup>. Una delle pagine dell'Istituto Nazionale di Fisica Nucleare presenta l'eterogeneità della struttura del *sonno*, in cui sono distinti diversi **cicli, stadi e fasi**:

Nell'uomo adulto il sonno fisiologico ha una sua architettura ben definita; essa è costituita da 4 o 5 cicli per notte, i quali si suddividono in due fasi che si alternano:

- Sonno NON-REM o sonno *ortodosso*, che a sua volta si suddivide in quattro stadi:
  - stadio 1: addormentamento
  - stadio 2: sonno leggero
  - stadio 3 e stadio 4: sonno profondo, o *sincronizzato*
- Sonno REM o sonno *paradosso* o *desincronizzato*. È importante per l'attività neurovegetativa ed è necessario per l'equilibrio psicologico<sup>2</sup>.

La ciclicità come tratto caratteristico del *sonno* riguarda due aspetti distinti. L'uno, descritto dettagliatamente sulle pagine del sito *benessere.com*, si riferisce all'alternanza continua di *sonno* e *veglia* dovuta dal nostro orologio biologico e legata al ciclo giorno—notte:

Un regolare ciclo di sonno e veglia fa sì che il nostro orologio biologico influisca positivamente sulla produzione ormonale ottenendo una sufficiente condizione di vigilanza diurna e un soddisfacente riposo notturno [...]. Il nostro orologio biologico determina anche l'alternanza dei periodi di sonno e di veglia.

(BenessereSAC)

<sup>1</sup> [http://digilander.libero.it/Vegetina84/index\\_file/Page1395.htm](http://digilander.libero.it/Vegetina84/index_file/Page1395.htm) (l'accesso: 19.09.2009).

<sup>2</sup> <http://www.ge.infn.it/~rita/Fisiopatologia%20del%20Sonno.htm> (l'accesso: 19.09.2009).

Il carattere ciclico si ritrova anche nella struttura del *sonno* stesso, visto che “durante la notte si susseguono cinque o sei cicli, ognuno costituito da una fase lenta e da una REM”<sup>3</sup>.

Un'altra qualità importante del *sonno* presente nella maggioranza delle sue definizioni, confermata dalle ricerche scientifiche, è la sua indispensabilità per il buon funzionamento dell'organismo:

Gli effetti della privazione di sonno sono stati studiati nell'animale. Un ratto totalmente privato di sonno per circa un mese muore per una grave sindrome metabolica, caratterizzata da un calo incontrollabile della temperatura e del peso corporeo che non possono essere compensati mediante un aumentato apporto di energia attraverso l'assunzione di cibo.  
(Amici, Parmeggiani, 2006)

Per questa ragione l'importanza del *sonno* è anche frequentemente sottolineata nei testi dedicati alla salute, i quali presentano le sue varie funzioni e benefici che porta, anche se non sempre sanno spiegare il perché del suo effetto benefico:

Dormire è essenziale per la vita, supporta numerose funzioni fisiologiche e psicologiche tra cui la riparazione dei tessuti, la crescita, il rafforzamento della memoria e l'apprendimento.  
(Eufic, 2008)

Unica reale certezza è che il sonno è essenziale per una buona qualità della vita, è fondamentale per il nostro organismo, per l'efficienza del sistema immunitario, per la salute in generale, per la crescita e per le corrette funzioni organiche.  
(Benessere, 2009)

L'indispensabilità del *sonno* ha dato l'origine a numerose estensioni metaforiche del concetto di *sonno*, le quali analizzeremo più dettagliatamente nei capitoli successivi.

## 2.2. Il *sonno* e altri stati di coscienza

Visto che il *sonno* è uno stato in cui viene limitato il contatto del soggetto con il mondo esterno, vissuto da tutto il genere umano, anche altri stati caratterizzati da questa limitazione (vera o apparente) vengono chia-

---

<sup>3</sup> <http://www.albanesi.it/Salute/sonno.htm> (l'accesso: 29.09.2009).

mati *sonno*. Per esempio il *letargo* in cui cadono alcune specie di animali per sopravvivere il tempo quando la temperatura dell'ambiente è troppo bassa è denominato *sonno invernale*:

- (1) Vediamo alcune fasi sorprendenti del *sonno invernale* di un'orsa. (WI/2002/08/08/A)
- (2) Durante il lungo *sonno invernale* l'animale vive alle spese del grasso accumulato durante la stagione estiva [...] (Parchi e Riserve 1/07 p. 25)

mentre la *tripanosomiasi* provocata dalla mosca tze-tze e caratterizzata da 'sonno invincibile, mancanza di attenzione, perdita di ogni attività fino al coma' (Dizionario Medico RCS periodici on-line) è chiamata *malattia del sonno*:

- (3) La *tripanosomiasi umana africana*, [...] conosciuta anche come *malattia del sonno*, uccide ogni anno circa 300 mila persone solo nel continente africano e affligge circa 400 mila persone in tutto il mondo. (Universonline/06/04/11)
- (4) Senza cure, la *malattia del sonno* conduce al coma irreversibile e alla morte del paziente. (Medicisenzafrontiere.it)

Anche lo stato d'indolenza, *apatia*; condizione di torpore o di ottenebramento intellettuale (De Mauro Paravia on-line), in cui non si reagisce a stimoli provenienti dal mondo esterno, sono diventati estensioni del concetto di *sonno*:

- (5) *Il sonno della ragione genera mostri*. (F. Goya)
- (6) *Per il teatro delle marionette, Podrecca fu quel che Diaghilev fu per il balletto. Il sonno dei politici lo condannò a morte*. (Corriere.it/2001/05/17)

Per motivi simili a quelli già presentati anche un altro stato viene paragonato al *sonno* — la *morte*. I suoi legami con il *sonno* non si limitano alla somiglianza esterna di chi dorme a un morto, che sembra, infatti, illusoria, visto che la *morte* è una cessazione permanente di tutte le funzioni vitali dell'organismo, le quali sono nella maggior parte presenti (anche se non sempre osservabili) durante il *sonno*. Per questa ragione dedicheremo un capitolo autonomo allo studio del rapporto esistente tra il *sonno* e la *morte*.

### 2.2.1. Il *sonno* e la *morte*

Anche se le caratteristiche 'fisiologiche' comuni per il *sonno* e per la *morte* — come la perdita di coscienza o la mancanza di contatto con il mondo

esterno — possono essere messe in dubbio, è indiscutibile che il legame tra il *sonno* e la *morte* è fortemente radicato nella cultura europea: la parentela tra i due concetti si può ritrovare sia nella mitologia greca, in cui il dio del sonno, Hypnos, è il fratello gemello di Thanatos (il dio della morte) sia nel proverbio italiano: *Il sonno è parente della morte*. Anche Marco Tullio Cicerone nelle *Tusculanae Disputationes* chiama il sonno — *immagine della morte*. Ritroviamo lo stesso paragone nell'opera di Ovidio *Amores* (II libro, IX), dove l'autore chiede: "Che è il sonno, se non l'immagine della gelida morte?" Anche Sant'Agostino nel *Discorso 221* pone la domanda: "Cos'è il sonno infatti se non una specie di morte giornaliera che non porta via del tutto l'uomo e non lo tiene molto a lungo?"

Il passare dei secoli non ha annullato la visione del sonno dei tempi antichi. Nel 1994 Dario Bellezza ha pubblicato l'opera *Avversario*, in cui una delle poesie comincia dalle parole "Il sonno è una piccola morte" e si basa sull'intercambiabilità dei due concetti.

Sebbene la maggioranza degli esempi del legame esistente tra il sonno e la morte finora presentati derivi dai testi letterari e dalle fonti antiche, la convinzione che la relazione tra i due concetti non sia più presente nella coscienza moderna sarebbe una supposizione erronea. Nei testi analizzati abbiamo trovato molti interventi in cui la gente definisce **il sonno tramite il concetto di morte**:

- (7) *Il sonno è per me [...] una piacevole morte momentanea e necessaria che prelude al necessario ritorno tra i vivi.* (TSW/2007/12)
- (8) *Quale potrebbe essere la tua personale definizione del sonno? Una piccola morte, ma che ci fa sentire un po' dei, visto che resuscitiamo ogni volta.* (TSWCS)
- (9) *Ma un'insidia si nasconde anche nella non vita del sonno, la piccola morte, che regala il tanto agognato momento in cui si può staccare la spina dalle incombenze quotidiane.* (FPCPS)
- (10) *Vedere che al ritorno da quell'attimo di inconsapevolezza ch'è il sonno (o piccola morte) [...] qualcosa possa essere improvvisamente mutato.* (CsM)

Quando il sonno, identificato con una *piccola morte*, ci fa sentire in un certo modo o ci regala qualcosa, appare nel ruolo di Proto-Agente, mentre il dormiente possiede alcune caratteristiche di ruoli diversi. Nel primo caso lo sperimentatore possiede due qualità di Proto-Agente: l'esistenza indipendente dall'evento e la *sentience* definita come sensazione, emozione, atteggiamento o consapevolezza della situazione e, nello stesso tempo, come Proto-Paziente, non causa il cambiamento del suo stato. Nella seconda situazione oltre a subire un cambiamento di stato causato dal sonno, lo sperimentatore può essere trattato come punto di riferimento statico del movimento (anche

se solo immaginario) della cosa regalata, cioè possiede due caratteristiche di Proto-Paziente, mentre i tratti del Proto-Agente sono identici a quelli del caso precedente. Quando il dormiente *resuscita, stacca la spina o ritorna dal sonno*, svolge solo il ruolo di Proto-Agente.

Nonostante il fatto che la *morte* di solito viene valutata negativamente quando rappresenta il *sonno* assume un valore positivo essendo caratterizzata come piacevole, facendoci sentire come dei o regalandoci un momento agognato.

La rappresentazione del *sonno* in termini della *morte* non è unico legame tra i due concetti. Nel *Discorso 221* di Sant'Agostino ritroviamo anche una visione opposta, in cui la *morte* appare **come il sonno**: *E la morte che cos'è se non un sonno lunghissimo e profondissimo, dal quale Dio risveglia l'uomo?* Ne troviamo anche di esempi contemporanei. Uno di loro è l'epitaffio sulla lapide di Walter Chiari:

(11) *Amici, non piangete, è soltanto sonno arretrato.*

La *morte* è definita come un *sonno* profondo anche nella risposta alla domanda: *che c'è dopo la morte?* fornita su un forum:

(12) [...] *la morte è un sonno profondo, che ti toglie le cose materiali* [...] (Yahoo/2008/04/06)

La stessa visione appare anche nelle espressioni *l'ultimo sonno* e *il sonno eterno*, che sono degli eufemismi della *morte*:

(13) *Quando si è depressi si vede tutto nero, si attende il sonno come una liberazione e spesso si desidera il sonno eterno per trovare quella pace definitiva.* (SmP)

(14) *Stanco e in attesa del sonno eterno.* (AFV)

(15) *Nella pace solenne dormono insieme l'ultimo sonno uomini di ogni razza e paese, d'ogni lingua ed età.* (PI)

(16) *Poiché lo Habal di Garmin conserva nella tomba una sensazione oscura, il riposo di coloro che dormono quest'ultimo sonno può essere turbato in tutte le maniere.* (FPCM)

Nell'esempio (12) la *morte* come *sonno* svolge il ruolo di Proto-Agente togliendo le cose materiali (che sono Proto-Paziente prototipico) allo sperimentatore dotato di alcuni tratti di ambedue i proto-ruoli. Invece quando la persona desidera o attende il *sonno* eterno, il suo ruolo è quello di Proto-Agente.

La possibilità, non solo di presentare il *sonno* attraverso il termine della *morte*, ma anche di ricorrere al dominio di *sonno* per la concettualizzazione della *morte*, implica che il legame esistente tra i due concetti è una dimostra-

zione dell'esistenza della **metafora con la proiezione a due sensi**. Questo fatto, confermato dalla presenza nella lingua italiana di numerosi esempi di entrambi i tipi di visione, è molto significativo nell'ottica degli studi cognitivi che dichiarano il senso unico della proiezione metaforica come una delle tesi fondamentali della loro teoria della metafora (cfr. Lakoff, 1993: 245 e Jäkel, 2003: 44, 61–94). La relazione tra *la morte momentanea* e *il sonno eterno* può essere un controargomento all'asserzione di Olaf Jäkel (2003: 101), il quale nella sua revisione critica della teoria classica della metafora presenta come prova a favore della tesi di senso unico della proiezione metaforica il fatto che tra le due metafore presentate da Aristotele: *la sera della vita* e *la vecchiaia del giorno*, solo la prima è realizzata nella lingua. Jäkel (2003: 101) lo spiega dicendo che abbiamo più esperienza con i giorni e con le sere che con la vita come totalità e con la sua tappa finale e perciò, visto il ruolo esplicativo della metafora, si impone solo uno dei sensi della proiezione. Se avessimo accettato questa spiegazione avremmo dovuto negare l'esistenza delle metafore indicanti il *sonno* come *piccola morte* o *morte momentanea* i cui numerosi esempi abbiamo trovato nella lingua, dato che il *sonno* è un fenomeno conosciuto meglio e sperimentato più frequentemente della *morte*.

Il rapporto esistente tra il *sonno* e la *morte* non falsifica definitivamente la tesi di George Lakoff che dichiara:

Metaphor allows us to understand a relatively abstract or inherently unstructured subject matter in terms of a more concrete, or at least a more highly structured subject matter.

(Lakoff, 1993: 245)

Questo rapporto conferma l'esistenza nella lingua quotidiana di un raro tipo di metafore i cui dominio bersaglio e dominio origine sono due concetti complessi, altrettanto strutturati, fortemente radicati nella cultura. In questi casi la proiezione metaforica può avvenire a due sensi, mentre il fattore culturale non è meno importante dell'esperienza diretta, visto che può influenzare la nostra cognizione del concetto.

La concettualizzazione del *sonno* come *morte*, anche se molto frequente nella lingua e cultura italiana, non è di sicuro un unico esempio di modello metaforico del concetto esaminato. Come abbiamo già detto, la direzione della proiezione metaforica presentata nella concettualizzazione precedente non è prototipica, visto che avviene dall'astratto all'astratto, mentre a seconda della tesi dell'irreversibilità (cfr. Jäkel, 2003: 44), di solito un dominio astratto e complesso viene spiegato attraverso i termini di un dominio concreto, accessibile alla percezione sensuale. Nei capitoli successivi ci occuperemo delle concettualizzazioni che, contrariamente alla metafora precedente, sono conformi a questa tesi.

### 2.3. Il sonno come oggetto e come sostanza

Secondo la divisione delle metafore di Christa Baldauf (1997) la proiezione delle strutture più semplici avviene nelle metafore ontologiche il cui ruolo è quello di dare a un concetto astratto una struttura di un'entità concreta. A questo gruppo appartengono gli ICM di *oggetto* e di *sostanza*.

Esaminando i testi dedicati al *sonno* abbiamo trovato numerosi esempi in cui il *sonno* è trattato come un **oggetto** che può *essere toccato*, che si cerca di *afferrare* non di rado con certe difficoltà:

- (17) *Il sonno profondo, solitamente, viene toccato per alcuni minuti diverse volte nel corso del riposo.* (W/2006/03/R)
- (18) *Sono usati soprattutto la sera: come per la paura di non afferrare il sonno dopo una giornata di affanni.* (Corriere.it/1998/11/22)

Quando lo sperimentatore *tocca* o *afferra* il *sonno*, svolge il ruolo di Proto-Agente partecipando volontariamente all'evento, percependolo e cambiando lo stato del *sonno-oggetto*. Mentre il *sonno*, siccome subisce il cambiamento dello stato causato da un altro partecipante, compie il ruolo di Proto-Paziente.

Contrariamente agli esempi presentati sopra, le espressioni indicanti una *quantità* di *sonno* delimitata da un contenitore, lo profilano come una **sostanza**, non come un *oggetto* numerabile:

- (19) *Qualcuno mi può regalare un po' di sonno?* (VoceSuIP)
- (20) *Pronuncia quella parola creata così, in un lettino, con gli occhi pieni di sonno [...]* (MessMP)
- (21) *La cosa più dura erano i primi minuti dopo il risveglio: ero pieno di sonno e dentro la mia testa c'era una fazione che rumorosamente si ribellava [...]* (Ottantaventiblog/2006/12)

Pure come *sostanza* il *sonno* svolge il ruolo di Proto-Paziente, mentre il suo possessore è Proto-Agente. Possiamo anche osservare che nell'esempio (20) come recipienti colmi di sonno appaiono gli occhi dello sperimentatore, mentre nell'esempio (21) tutta la sua persona funge da *contenitore* riempito da *sonno-sostanza*.

Sia come *oggetto*, sia come *sostanza*, il *sonno* è dotato di un certo **peso**, il quale, però può variare notevolmente. Così il *sonno* può essere leggero o pesante fino al punto di essere impossibile da reggere.



- (22) *Il bambino nei primi mesi ha una maggiore quantità di **sonno leggero** rispetto all'adulto.* (AGOD)
- (23) *Mi metterò a leggere, anche se credo che quanto prima **crollerò sotto il peso del sonno estivo**.* (FabioWeblog/2006/06/15)
- (24) *La sveglia ideale per chi ha il **sonno pesante** ...* (IblogO)

Oltre al peso il *sonno* può anche variare di **struttura**:

- (25) *Il nostro **sonno** è fatto a strati.* (W/2006/03/R)
- (26) *La **struttura del sonno** è sensibile.* (RetinaSuisse 1/2003)

Anche la **consistenza** del *sonno* può essere molto diversa: da delicata e fragile a soda o intensa:

- (27) *Se avete il **sonno delicato**, o amici che russano, procuratevi dei tappi per le orecchie!* (GEAT)
- (28) *Chi ha il **sonno fragile**, sarà abituato a svegliarsi spesso durante l'arco della notte.* (SansP/2008/07/08)
- (29) *Ecco perché un bicchiere di latte prima di andare a letto regala un **sonno intenso**.* (TIV)
- (30) *[...] la fatica con cui mi applico mi danno pelle dura e **sonno sodo** [...]* (Yahoo/2009/01/09)

Questi tratti del *sonno*, conformemente alla classificazione fatta dalla cognitivista tedesca (Baldauf, 1997: 98), appartengono al gruppo delle metafore attributive.

A volte il *sonno* possiede delle caratteristiche di una *macchina*, che è utilizzata a un certo scopo e i cui meccanismi rendono possibile il suo funzionamento:

- (31) *Molte sono le ipotesi sulla **funzione del sonno**.* (ScienzagiovaneS7)
- (32) *Evidentemente il loro **sonno funziona così**, o hanno bisogno di qualcosa, o non sono nella condizione ideale per dormire.* (Zucklog)
- (33) *[...] è il **sonno, utilizzato abbondantemente** per non riformulare i soliti pensieri [...]* (CAs/2007/03)
- (34) *Solo recentemente la ricerca scientifica ha chiarito alcuni degli aspetti fondamentali del **meccanismo del sonno** [...]* (AIN)
- (35) *[...] spiegato il **funzionamento del sonno** per poter sfruttare al meglio i pochi momenti che si possono dedicare al riposo durante una regata in solitario.* (Zenzero blog)



In altri casi sul concetto di *sonno* vengono proiettati alcuni elementi della struttura di un *edificio* come architettura, costruzione, divisione in piani. Raramente il *sonno* viene presentato come un palazzo:

- (36) *Immaginate, insomma, che i tre livelli di profondità del sonno siano come tre piani contigui in un palazzo: per passare da uno all'altro dobbiamo necessariamente percorrerli in ordine.* (W/2006/03/R)
- (37) *La depressione maggiore comporta alcuni cambiamenti nell'architettura del sonno.* (L/2005/RT)
- (38) *La costruzione del sonno inizia intorno alla trentesima settimana di gestazione e dopo la nascita viene riorganizzata più volte.* (Trentino/03/12/09)

In questa occasione il transfer metaforico della struttura dal dominio origine al dominio bersaglio è meno generico rispetto agli ICM di oggetto o di sostanza. Ciononostante, dobbiamo ammettere che esempi del genere non sono troppo numerosi e riflettono solo alcuni tratti dei concetti di *macchina* o di *edificio* oscurandone altri. Perciò non ci sembra giusto includerli nel gruppo delle costellazioni metaforiche caratterizzate dalla più complessa proiezione della struttura del concetto concreto su quello astratto.

## 2.4. Gli schemi d'immagine nella concettualizzazione del *sonno*

Come abbiamo presentato nella parte teorica, molto spesso gli schemi d'immagine costituiscono la base preconcettuale delle metafore. Le metafore fondate sull'esperienza senso-motoria del corpo umano vengono chiamate da Lakoff (1980: 14) metafore spaziali, mentre Baldauf usa il termine: metafore schematico-immaginative. La differenza tra di loro non consiste però nella denominazione, ma nel fatto che per Baldauf (1997: 123) a questo gruppo appartiene anche la *metafora del contenitore*, classificata da Lakoff (1980: 28) tra le metafore ontologiche. Siccome la suddetta metafora è motivata dall'esperienza di percepire qualcosa come *fuori* o *dentro* il nostro corpo, siamo d'accordo con la proposta della studiosa tedesca. Intanto vogliamo sottolineare che gli schemi d'immagine possono essere il fulcro non solo delle metafore schematico-immaginative, ma anche delle costellazioni metaforiche, o seguendo la nomenclatura di Lakoff (1980: 61) delle metafore strutturali in cui non di rado ritroviamo più di uno schema d'immagine.

Gli schemi d'immagine da noi individuati come fondamenti delle concettualizzazioni del *sonno* sono: lo schema di CONTENITORE, gli schemi: SU — GIÙ, DAVANTI — DIETRO e ORIGINE — PERCORSO — META. Nel caso dell'ultimo

degli schemi elencati, abbiamo notato che il *sonno*, più spesso, si manifesta come la *meta* vista sia come una meta spaziale, sia come una finalità da raggiungere. Nei capitoli seguenti analizzeremo entrambe le situazioni, esaminando anche il ruolo dello sperimentatore del *sonno*, la presenza di altri schemi d'immagine e potenziali visioni alternative del concetto.

### 2.4.1. Il *movimento* e lo *spazio* nel concetto di *sonno*

Come abbiamo già accennato, la concettualizzazione del *sonno* come *luogo nello spazio* si basa sullo schema d'immagine ORIGINE — PERCORSO — META, in cui il *sonno*, il più spesso, è presentato come una *finalità*. Oltre a ciò si riscontrano anche altri schemi, a seconda della direzione del moto e della visione del *sonno* come *luogo non delimitato* oppure come *contenitore*.

Quando il **movimento** metaforico dello sperimentatore si svolge **in avanti** e il *sonno* è un **luogo non delimitato**, esso può manifestarsi come *una meta spaziale* a cui *ci si avvicina* oppure come *punto* al quale *si arriva* o che *si raggiunge*:

- (39) *Si può favorire il relax con luci e rumori soffusi, e lasciare al bambino il tempo di avvicinarsi al sonno [...] (PBPR)*
- (40) *Un giovane adulto arriva al sonno REM più o meno 90 minuti dopo l'addormentamento. (BenessereSAC)*
- (41) *Un bambino di pochi mesi raggiunge il sonno profondo in pochissimi minuti. (Angione 2007)*

Nei casi sopracitati lo sperimentatore come Proto-Agente si sposta volontariamente verso il *sonno*, che diventa un punto di riferimento statico del suo movimento e svolge il ruolo di Proto-Paziente.

Non di rado, quando il passaggio dalla veglia si presenta come moto in avanti, il *sonno* viene concepito come un **contenitore** in cui, nella gran maggioranza dei casi, lo sperimentatore nel ruolo di Proto-Agente *entra*:

- (42) *Ciò ha a che fare con l'entrata nel sonno da parte dei bambini. (MessMP)*
- (43) *Gli bastarono dieci minuti per entrare nel sonno. (RGA)*

Tuttavia fra i testi analizzati si è trovata anche un'illustrazione del ruolo opposto quando lo sperimentatore è *trasportato* tra i due stati:

- (44) *Mentre passate attraverso questi giorni finali di svolgimento, potreste ritrovarvi ancora ad essere trasportati fuori e dentro il sonno.* (SRTT)

La concezione del *sonno* come *finalità* non si limita alla situazione quando lo sperimentatore si muove in avanti. Spesso l'atto di addormentarsi viene rappresentato dai verbi indicanti il **moto all'ingiù** tra cui il più frequente è l'uso del verbo *cadere*:

- (45) *Sotto a questo problema c'è l'ansia di cadere, l'incapacità di andare a letto presto e di lasciarsi cadere facilmente nel sonno.* (API)  
 (46) [...] *quando sto per cadere nel sonno mi fa risvegliare.* (MedItC)  
 (47) [...] *occorrerà [...] tranquillizzarlo leggendogli una fiaba per farlo cadere nel sonno profondo...* (BambinopoliAs)

mentre più rari nel corpus raccolto sono gli esempi con i verbi *cascare*, *crollare*, *immersersi* o *scendere*:

- (48) [...] *assicurarmi di toccare la vetta di stanchezza necessaria a cascare nel sonno come un bel fagiolo.* (TSWCS)  
 (49) *Pensiamo all'anziano che in treno o davanti alla televisione crolla dopo pochi minuti in un sonno senza motivo.* (AlbSaluteSonno)  
 (50) [...] *cambia profondamente la propria situazione neuronale e ormonale quando si immerge nel sonno.* (Proni 1999–2000)  
 (51) *Lentamente si scende nel sonno più profondo: svegliare il soggetto che dorme, ora, diventa più difficile.* (Vozza 1.5.)

Nel caso dei verbi *cadere*, *cascare* e *crollare* lo sperimentatore è dotato maggiormente di tratti di Proto-Paziente: non causa, né possiede il controllo del cambiamento di stato, il moto non deriva dalla sua energia interna, dunque non è una caratteristica di Proto-Agente. D'altra parte lo sperimentatore esiste indipendentemente dall'evento e spesso gli altri elementi del contesto dimostrano che il passaggio al *sonno* è voluto e favorito, come nell'esempio (48) in cui le espressioni *assicurarmi* e *stanchezza necessaria* indicano la volontà dello sperimentatore. Anche negli esempi successivi ritroviamo gli elementi che segnalano l'atto di addormentarsi come una cosa desiderata e valutata in modo positivo:

- (52) *Rispetto al mio lavoro, amo moltissimo crollare in sonni profondi, soprattutto fatta dalla stanchezza post-concerto o post-studio.* (TSW/2007/12)  
 (53) *Ciao Luna, vorrei cadere nel sonno, ma sono trattenuto da pensieri.* (DiegoBlog)

Tuttavia, alla domanda se la partecipazione volontaria suggerita dal contesto possa essere identificata con l'*intenzionalità* di cui parla David Dowty (1991: 573) elencandola tra i tratti di Proto-Agente, dobbiamo rispondere di no, visto che la volontà dello sperimentatore non è sufficiente per indurre il cambiamento di stato. Perciò possiamo constatare che l'esistenza indipendente dall'evento è l'unico tratto di Proto-Agente caratterizzante chi *cade*, *casca* o *crolla* nel sonno.

Al contrario le persone che *scendono* o *si immergono* nel sonno svolgono funzione di Proto-Agente, visto che in questo caso il cambiamento di stato si presenta come movimento intenzionale, percepito e causato dallo sperimentatore esistente autonomamente.

Indipendentemente dal ruolo tematico dello sperimentatore, la preposizione *in* che precede il *sonno* lo profila come un *contenitore*, non di rado dotato di una notevole profondità:

- (54) *L'uomo che oggi sta pianificando la caccia grossa ai suoi simili per le vie della città [...] qualche ora prima era immerso nel sonno profondo.* (Blogv/2008/05)

Lo schema del CONTENITORE è presente anche quando lo sperimentatore *si trova* o *rimane* nel sonno:

- (55) *Preferisco rimanere nel sonno poichè (forse) solo lì, mi sento corrisposto.* (PchS/2007/11/16)
- (56) *Peggio ancora se ci si trova nel sonno profondo, perchè il risveglio brusco ha l'effetto di una sbornia con alterazione della memoria [...]* (DsA/2008/03)

Le dimensioni del *sonno* come *contenitore* devono essere considerevoli visto che non solo c'è posto per lo sperimentatore, ma anche vi si possono svolgere varie azioni che presuppongono l'idea dello spazio come *viaggiare* o *produrre* e *consolidare* varie cose:

- (57) *Ci si risveglia ancora in questo corpo attuale dopo aver viaggiato dentro il sonno.* (FPP)
- (58) *[...] nel sonno vengono prodotti ormoni fondamentali per la crescita del bambino, nel sonno si consolidano le informazioni ricevute durante il giorno e si apprende.* (AGOD)

La possibilità di viaggiarci dentro (es. (57)) rende simile il *sonno* a un *territorio* più o meno vasto, analogamente agli esempi:

- (59) *I nuovi treni sulla Orte-Fiumicino più posti per viaggiare dentro Roma.* (Repubblica.it/2007/01/04)
- (60) *Ciao ragazzi volevo sapere se è possibile viaggiare dentro l'Italia con l'aereo, usando come documento di riconoscimento la patente.* (Yahoo/2008/02/05)

mentre la produzione che può avvenirci (es. (58)) assomiglia il *sonno* a una *fabbrica*.

Dobbiamo notare che negli esempi (54)–(58) il *sonno* non si manifesta come *meta*, anzi, può essere visto come il punto di partenza di chi si sveglia. La visione del *sonno* come *origine* non è prevalente, ma nemmeno molto rara. Anche in questo caso il *sonno* può apparire sia come un *punto nello spazio* sia come un *contenitore*.

Quando lo sperimentatore viene *distolto* dal *sonno*, il suo movimento non è volontario e avviene **all'indietro**:

- (61) *Si è stupito che mi fossi svegliata prima, che non lo avessi distolto dal sonno.* (SsA/2006/11)
- (62) *Louis, che venne distolto dal sonno dall'annuncio all'interfono, si precipitò in camera di manovra per ordinare un'immersione rapida.* (BForumI)
- (63) [...] *sono successe delle cose non molto piacevoli che mi hanno distolto dal sonno...* (PsP)

Visto che il cambiamento di stato dello sperimentatore è provocato da un altro partecipante e l'unica sua caratteristica tipica per Proto-Agente è l'esistenza indipendente dall'evento indicato dal verbo, lo sperimentatore svolge il ruolo di Proto-Paziente. In questa situazione, però, anche il *sonno*, come punto di riferimento statico del movimento di un altro partecipante, è Proto-Paziente. Qui il ruolo di Proto-Agente compie la persona, cosa o forza che allontana lo sperimentatore dal punto nello spazio, il quale è il *sonno*.

Gli stessi ruoli vengono svolti dai partecipanti all'evento quando il fatto di essere svegliati viene presentato come il **moto fuori, all'indietro**. Allora lo sperimentatore viene *tirato, strappato* o *scagliato* fuori dal *sonno* — *contenitore*:

- (64) *A tirarmi fuori dal sonno denso e piacevole, è l'odioso suono della sveglia telefonica.* (SubsonicaDiario)
- (65) [...] *la mia guancia contro il cuscino, con il platano che mi strappava fuori dal sonno [...]* (Antunes, 2005: 16)
- (66) *Ricordo solo i sogni del dormiveglia, per lo più incubi molesti che mi scagliano fuori dal sonno.* (CC/2004/09/M)

Quando invece lo sperimentatore abbandona il contenitore spostandosi **in avanti**, come nel caso del verbo *uscire*, svolge il ruolo di Proto-Agente:

- (67) *Quando **esci dal sonno** sei freschissimo e l'impatto scenderà molto più in profondità.* (LM)
- (68) *C'è chi appena **uscito dal sonno** riesce a ricordare i sogni.* (Capacchione 2005)

Lo sperimentatore è anche Proto-Agente quando *torna al o nel sonno*. Dato che il verbo *tornare* significa *riportarsi nel luogo da cui si è partiti* (Garzanti 2003), in questi casi il *sonno* appare sia come il *punto di partenza* sia come il *punto d'arrivo* dello sperimentatore, però il rilievo viene dato all'ultima parte dello schema ORIGINE — PERCORSO — META. Inoltre, il *sonno* viene profilato come **contenitore** quando lo sperimentatore torna **nel sonno**, come nell'esempio che segue:

- (69) *[...] si vorrebbe **tornare nel sonno** più profondo dove siamo noi le padrone ma non si può, bisogna andare avanti...* (NMBlogB)

Invece quando lo sperimentatore torna **al sonno**, esso appare come uno spazio non delimitato:

- (70) *E, per **tornare al sonno**, il latte caldo, una favola e l'abbraccio di mamma sono considerati rimedi obsoleti da chiudere nel cassetto.* (GSR)

Mettendo a confronto gli esempi in cui il *sonno* è presentato come una *localizzazione nello spazio* abbiamo osservato una differenza nella visione del concetto dipendente dall'età dello sperimentatore e dalla sua esperienza (o mancanza di esperienza) nell'addormentarsi. Quando lo sperimentatore è una persona adulta, più spesso interpreta il *sonno* come un luogo piacevole, dove si sente al sicuro, come un *rifugio* o una *tana*:

- (71) *Il sonno è per me il rifugio, la tana, il luogo segreto in cui, sola, posso finalmente riordinare i pensieri indisturbata [...]* (TSWCS)
- (72) *Quando il puro e semplice "essere-nel-mondo" diventa un affronto, **mi rifugio nel sonno**.* (CC/2004/09/M)

Al contrario i testi dedicati al *sonno* dei bambini lo fanno vedere come un *luogo ignoto* che, come tutte le cose sconosciute, può provocare paura, ansia o insicurezza e perciò per diminuire le emozioni negative il bambino ha bisogno di guida o di compagnia nel viaggio che lo porta al *sonno*:

- (73) *Per entrare nel sonno, il bambino ha bisogno di accompagnamento: e cioè della sicurezza che qualcuno veglia.* (MessMP)
- (74) *[...] ogni genitore sa come guidare il suo bambino al sonno.* (Lastampa.it/CMSTP/B)

- (75) *In fin dei conti **andare verso il sonno** è **andare verso l'ignoto** e – soprattutto – a quell'età si ha bisogno di sapere che la mamma c'è ed è lì.* (Pbolgspot/2009/01/Cs)

Finora abbiamo analizzato gli esempi in cui lo sperimentatore cambiando lo stato di coscienza si trova in moto, mentre il *sonno* come *finalità* o, più raramente, come *origine* si manifesta come *contenitore* o *localizzazione non delimitata*. A volte il *sonno* non è presentato come un punto di riferimento statico, ma appare come un *viaggio* effettuato dalla persona che dorme:

- (76) *Il sonno è un **viaggio straordinario** che avviene a nostra insaputa e ci trasporta in dimensioni sconosciute, fuori dallo spazio-tempo in cui siamo abituati a muoverci.* (QDC)
- (77) *[...] stiamo dormendo, isolati dal mondo esterno da una barriera invisibile che annulla ogni percezione, ignari di **essere partiti per il viaggio notturno**.* (QDC)

Inoltre, l'atto di addormentarsi può anche manifestarsi come il *sonno* *che si muove* verso la persona che ne è la *finalità*:

- (78) *Per Isabella è così, non sappiamo per quale motivo **il suo sonno tardi ad arrivare**, ma la vediamo girarsi e rigirarsi nel suo lettino.* (Lastampa.it/CMSTP/B)
- (79) *[...] **ci raggiunge il sonno** e difficilmente passiamo le ore con gli occhi spalancati pensando ai problemi lasciati sulla scrivania.* (Solo Vela 06.2005)

Quando il *sonno* svolge il ruolo di Proto-Agente, di solito (come negli esempi 78, 79) colui che dorme si presenta come un *punto d'arrivo*, solo a volte lo sperimentatore viene profilato come un *contenitore*:

- (80) *Il **sonno subentra** in una frazione di secondo: un istante prima siamo svegli, padroni delle nostre funzioni percettive e del nostro sistema motorio.* (QDC)

Nei testi analizzati, troviamo molti esempi indicanti lo sperimentatore come un *contenitore*, quando il *sonno* a lui *indotto* compie il ruolo di Proto-Paziente:

- (81) *È forse la pianta più utilizzata e conosciuta per **indurre il sonno** il cui utilizzo popolare in Europa è antichissimo.* (Rodiola.it)
- (82) *Il papavero californiano **induce il sonno** e riduce i risvegli precoci mattutini.* (MIII)



- (83) [...] *serotonina, sostanza che a livello cerebrale induce il sonno ed ha effetto sedativo.* (MIII)

Il viaggio del sonno non sempre è facile né segue il percorso più corto verso lo sperimentatore:

- (84) *Anche perpetuando quei personali "riti della buonanotte" che condizionano positivamente [...]; e rispettando consuetudini apparentemente banali [...] che, se modificate, potrebbero anche in modo lieve ostacolare il sonno.* (Radio24/ES)
- (85) *A volte vorremmo dormire per allontanare da noi il pensiero di qualcosa che è accaduto durante il giorno: invece, più cerchiamo di non pensarci, più il sonno si allontana e il pensiero risorge.* (Radio24/ES)
- (86) [...] *quando il nervosismo cresce, il sonno si allontana.* (Giglionews.it)

Quando nel momento di risveglio il sonno lascia o abbandona lo sperimentatore controllando il proprio movimento, svolge il ruolo di Proto-Agente:

- (87) *Il sonno mi abbandona sempre prestissimo, alle 5.30 sono sveglia.* (OsTP)
- (88) [...] *un sonno che vi lascia perfettamente riposati e pronti per affrontare la giornata.* (SRTT)

Lo sperimentatore, intanto, nel ruolo di Proto-Paziente non controlla il cambiamento di stato essendo un punto di riferimento statico del sonno, e più precisamente la sua *origine*.

Analizzando la quantità degli esempi dedicati al passaggio dalla *veglia* al *sonno* e vice versa, abbiamo osservato che nonostante l'esperienza di svegliarsi sia tanto frequente quanto l'atto di addormentarsi, il *sonno* molto più spesso è concepito come la *finalità*, mentre gli esempi che lo presentano come l'*origine* sono relativamente rari.

Anche quando il cambiamento di stato è concepito come il movimento del *sonno* e non della persona che cerca di addormentarsi, l'arrivo del *sonno* è presentato come molto desiderato e, di conseguenza, come la *meta* dello sperimentatore. In questo caso, notiamo la sovrapposizione di due schemi dello stesso tipo, provocata dal fatto che **il cambiamento di stato si manifesta come il moto del sonno, la cui finalità è lo sperimentatore**, mentre **lo stato stesso è presentato come l'obiettivo dello sperimentatore**, allora conformemente alla metafora concettuale: GLI SCOPI SONO DESTINAZIONI, il *sonno* è la *finalità* dello sperimentatore. Quell'ultima situazione ha luogo anche quando il *sonno* appare come una delle cose essenziali per la vita umana, il cui possesso è spesso lo scopo fondamentale dell'uomo.



### 2.4.2. Il sonno come *cosa desiderata*

Nonostante la sua affinità con la *morte*, che di solito ha connotazioni negative, il *sonno*, grazie alla propria momentaneità, ne è privo. Per di più, come abbiamo già accennato nel capitolo dedicato alla sua definizione, è riconosciuto come un fenomeno molto importante per la vita umana. Quattro secoli fa Miguel de Cervantes ha scritto nel suo capolavoro:

che benedetto sia pure chi inventò il sonno, cappa che copre tutti gli umani pensieri, cibo che toglie la fame, acqua che estingue la sete, fuoco per cui fugge il freddo, freddo che temprava l'ardore, moneta generale con cui tutto si compra, bilancia e peso che rende eguale il re al pastore ed il saggio allo zotico<sup>4</sup>

identificando così il *sonno* con le cose più essenziali per la vita. Nonostante che il frammento citato sia una traduzione da un'opera straniera del Seicento, anche oggi, nella lingua italiana ritroviamo comparazioni simili.

A volte il *sonno* viene descritto attraverso i termini appartenenti al dominio del *cibo*, i quali indicano il suo sapore e la sua quantità rispetto alle esigenze dello sperimentatore:

- (89) *Se vi accorgete che vi manca il riposo non ricorrete quindi alle **abbuffate domenicali di sonno***. (AlbSaluteSonno)
- (90) *Altrimenti, se ho dormito **saporitamente** e ho davanti una bella giornata, anche di lavoro, che mi aspetta, mi sveglio felice*. (TSWCSM)
- (91) *Ho puntato la sveglia alle 7, e il trillo vibrante del cellulare ha destato il mio **squisito sonno***... (MBlog)
- (92) *Cosa devono fare allora i genitori per prevenire **la fame di sonno** nei bambini?* (KkN)
- (93) [...] *oggi mi sono finalmente **saziata di sonno***. (PsP)

Lo sperimentatore possiede tutti i tratti di Proto-Agente quando *si abbuffa* o *si sazia di sonno*, però ne perde uno *avendo fame*, visto che allora non si sottopone a quella condizione volontariamente. Invece il *sonno* concepito come *cibo* consumato svolge il ruolo di Proto-Paziente.

Talora il *sonno* svolge funzione di *medicina*, mentre la mancanza di *sonno* si presenta come *malattia*:

---

<sup>4</sup> M. de Cervantes Saavedra, *Don Quijote de la Mancha*. Capitolo LXVIII, traduzione E. Perino, <http://mgarci.aas.duke.edu/celestina/EDICIONES-BILINGUES/ITALIANO/DQ-2-68.HTM> (l'accesso: 29.09.2009).

- (94) *Il giusto sonno è davvero una medicina.* (Corriere.it/2004/06/20)
- (95) *Il sonno cura lo stomaco.* (Corriere.it/2001/06/24)
- (96) *Stress, vicini rumorosi, preoccupazioni economiche e l'abitudine di tirare tardi al lavoro sono fra le cause di questa epidemia di mancanza di sonno [...]* (Helpsalute.it)
- (97) *La malattia del poco sonno.* [...] Negli ultimi cinque anni si sono accumulate decine di ricerche e tutte puntano in una direzione: **dormire poco fa male.** (Corriere.it/2008/05/25)

Quando il sonno è usato come *medicina* svolge il ruolo di Proto-Paziente, mentre lo sperimentatore è Proto-Agente. Invece quando lo sperimentatore si affida al sonno vi trasferisce il controllo del suo stato. Nondimeno, lo fa volontariamente, percepisce ed è consapevole della situazione, allora possiede delle caratteristiche di entrambi i ruoli.

Dopo l'analisi della visione del sonno come *medicina*, dobbiamo constatare che nonostante la sua appartenenza alle cose importanti per la vita umana, il *sonno-medicina* non si manifesta come la *finalità* dello sperimentatore, ma come il *mezzo* necessario per raggiungere lo scopo desiderato, cioè la salute.

Tra le concettualizzazioni di sonno come *cosa desiderata* abbiamo trovato anche degli esempi in cui il sonno è trattato come il **denaro** che può essere *prestato, perso, risparmiato o recuperato*:

- (98) [...] i mille impegni della giornata ci fanno **perdere ore preziose di sonno vero.** (Assobenessere.it)
- (99) **Un debito di sonno viene recuperato** dal corpo con una sola notte di riposo. (BenessereSAC)
- (100) *Cattive notizie per i dormiglioni incalliti e anche per chi risparmia sulle ore di sonno.* (BenesserePP)

Quando lo sperimentatore *risparmia*, o *recupera* il sonno svolge il ruolo di Proto-Agente, ma quando lo *perde* non controlla il cambiamento di stato e diventa Proto-Paziente. Il sonno, invece, in tutti questi casi, indipendentemente dal ruolo dello sperimentatore, subisce il cambiamento di stato come Proto-Paziente.

Nella serie successiva degli esempi il sonno appare non come il *denaro*, ma come un *bene* che è *fatto o prodotto* e in seguito può essere *acquistato o acquisito* dallo sperimentatore, oppure a lui *regalato*:

- (101) [...] alcuni iniziano a **fare un sonno** continuativo durante la notte [...] (AGOD)
- (102) *La serotonina si è meritata l'appellativo di "sonnotonina", in virtù della sua particolare capacità di produrre sonno.* (A. D'Elia 1997)

- (103) *Se neppure guardando queste trasmissioni cala la palpebra, l'unica alternativa è la morte. Se non **si acquista il sonno** così, allora si tratta di una malattia gravissima e serissima.* (IsA/2005/10)
- (104) *È un momento estremamente importante anche per **acquisire un buon sonno**.* (AGOD)
- (105) *Sì, è amaro, ma **mi regala il sonno dolce**.* (Corriere.it Forum14/09/2008)

Anche in questo gruppo il *sonno* appare sempre come Proto-Paziente, in quanto non controlla il cambiamento dello stato. Per di più quando è *prodotto* o *fatto* è il *tema incrementale* e non esiste indipendentemente dalla situazione. Lo sperimentatore compie il ruolo di Proto-Agente quando *fa*, *acquista* o *acquisisce* il *sonno*, invece quando il *sonno* è *prodotto* o *regalato*, il ruolo di Proto-Agente è svolto da un altro partecipante, mentre lo sperimentatore o possiede la maggioranza dei tratti di Proto-Paziente o non appare esplicitamente nella situazione.

Come abbiamo potuto osservare in alcuni degli esempi precedenti, il *sonno* concepito come un *bene acquistabile*, come tutti i prodotti, può essere di *buona* o di *cattiva qualità*:

- (106) *Esistono fasi dello sviluppo che sono momenti chiave per l'acquisizione di **un buon sonno**?* (AGOD)
- (107) *Le ricerche hanno dimostrato ripetutamente l'esistenza di una relazione tra la presenza di malattie e **la scarsa qualità del sonno**.* (Psichesoma)
- (108) *Meglio non cibarsi [...] di alimenti troppo conditi, [...] oltre ai superalcolici che inducono **un sonno di qualità cattiva** con un difficile risveglio.* (TorinoColdretti.it)
- (109) *Importante è **la qualità del sonno** piuttosto che la quantità che varia secondo le esigenze personali.* (BenessereSAC)

Oltre alla visione del *sonno* come una delle cose necessarie per la vita come *cibo*, *medicina*, *denaro* e *beni acquistabili*, un altro motivo di considerarlo una cosa desiderata è il fatto che la sua perdita viene valutata in modo negativo:

- (110) *Un bambino che ha **disturbi del sonno**, raramente **soffre** da solo, l'intera famiglia è coinvolta e **perde il sonno**.* (AGOD)
- (111) ***Vorrei recuperare il sonno perso** e quindi ti auguro una buona notte.* (GslG)

Già il verbo *perdere* possiede connotazioni negative visto che presuppone una privazione incontrollata e involuta del *sonno* da parte dello sperimentatore. Altre espressioni sia rilevanti il lato negativo della mancanza

di *sonno*, sia la voglia dello sperimentatore di riaverlo indicano che il *sonno* viene valutato in modo positivo.

Tuttavia il *sonno* non sempre viene valutato in modo innegabilmente positivo. Possiamo ritrovare numerosi esempi in cui appare come *avversario dell'uomo*. In questi casi prende la forma di una *persona* o di una *forza* molto potente se non invincibile. Questo tipo di concettualizzazione del *sonno* sarà analizzato nel capitolo seguente.

## 2.5. Il sonno come avversario

Nell'analisi del concetto di *sonno*, abbiamo trovato un gruppo di esempi che presentano il rapporto fra il *sonno* e lo sperimentatore in termini di *lotta*. Esaminandoli attentamente possiamo osservare che sia la posizione sia la forza dei due avversari non sono uguali. Il *sonno* nel ruolo di Proto-Agente appare come *aggressore* quando *attacca* o *colpisce* lo sperimentatore, il quale, subendo l'evento involontariamente, svolge il ruolo di Proto-Paziente:

- (112) [...] *l'eccessiva sonnolenza diurna accompagnata da attacchi di sonno irrefrenabili* [...] (ScienzagiovaneS8)
- (113) [...] *il colpo di sonno attacca e fa cadere la testa in avanti* [...] (Yahoo/2008/09/20)
- (114) [...] *è quasi l'una e il sonno attacca!* (CsPA)
- (115) [...] *ogni tanto il sonno colpisce a tradimento, calando la sua mazza chiodata sul cranio dei redattori* [...] (Gamesradar.it)

Lo sperimentatore si presenta nel ruolo di Proto-Agente quando come difensore che *lotta* contro il *sonno*, cerca di *resistere*, di *vincerlo*, a volte con successo, però più spesso, *vinto dal sonno*, *cede* e *crolla* diventando Proto-Paziente:

- (116) *Eccomi, con Dom a tentare di resistere al sonno ma alla fine il sonno vincerà.* (EEM2004)
- (117) *Lupin cerca di resistere al sonno ma non ce la fa e crolla.* (YtW)
- (118) [...] *non a caso sbadigliamo quando lottiamo contro il sonno di sera quando dobbiamo continuare a svolgere un'attività, o al mattino quando dobbiamo vincere il sonno ed attivarci.* (DSS)
- (119) *Questo tipo di persone preferisce avere un intenso programma giornaliero per poi cedere al sonno solo quando sono estremamente stanchi.* (BSI)

In questa lotta tra il *sonno* e l'uomo, nella maggioranza dei casi il *sonno* si manifesta come parte vincente. La visione del *sonno* come **forza invincibile** è anche radicata nella nostra cultura tramite la mitologia e la letteratura antica, per la quale il *sonno* si mostra più forte non solo degli esseri umani, ma anche delle divinità. Il frammento successivo, preso da un articolo della *Repubblica.it* dimostra che le suddette caratteristiche del *sonno* non sono state dimenticate con il passare del tempo:

- (120) *Gli esperti lo chiamano il “**tiranno gentile**”. Per Omero, di fronte a lui, piegano il capo (“sottomessi”) sia gli uomini sia gli dei. **Con il sonno**, si impara presto a scoprirlo, **non c'è volontà che possa imporsi**. Lui, il sonno, **scandisce, a suo piacimento**, il ritmo dei nostri giorni e **determina**, quasi subdolamente, il nostro umore.* (Repubblica.it/NDP)

Tuttavia la vittoria del *sonno* non sempre è valutata come negativa. Molto spesso il contesto ci indica che lo sperimentatore *cede* o si *abbandona* al *sonno* volentieri:

- (121) *Stremati, com'è **dolce la tentazione di cedere al sonno***. (BlogL/2007/07/02)  
 (122) *Se ne andò lasciando l'uomo nella stanza, **abbandonato al sonno** di cui non **godeva** più da mesi e mesi...* (CAPM)

## 2.6. Il sonno come persona

Alcune espressioni indicanti la lotta tra il *sonno* e lo sperimentatore, come *colpo di sonno* o *botta di sonno* designano il *sonno* come una **persona**. Durante il nostro studio del concetto di *sonno*, sono stati riscontrati anche altri esempi delle attività del *sonno* che, pur appartenendo a settori diversi, sono legate tra di loro dal fatto di essere svolte dagli esseri umani:

- (123) *Perché **il sonno ha mangiato i miei ricordi**?* (FabioWeblog/2006/06/15)  
 (124) *Bere tanto caffè non ha veramente senso: il cuore si arrabbia, i nervi vanno su tutte le furie, **il sonno entra in sciopero**...* (Ciao.it)  
 (125) *Non dormo di giorno, ma di notte mi sveglio, **il sonno fa giochi strani** [...] (GsP)*  
 (126) *Il sonno è giustamente qualcosa che **ci ruba la vitalità, ci inganna drogandoci** di sogni e **dipingendo** enormi quadri dove possiamo smarrirci ed annegare.* (DsP)

Anche se le espressioni citate sopra non appartengono al campo della lotta, le azioni svolte dal *sonno* sono valutate in modo negativo, perciò anche in questi casi il *sonno* si manifesta come *avversario* dello sperimentatore.

Dobbiamo ammettere, tuttavia, che gli esempi di cui sopra sono piuttosto rari nei confronti di quelli in cui il *sonno* come *persona* viene valutato in modo positivo *regalando* allo sperimentatore cose desiderate o *aiutandolo*:

- (127) *A volte la notte ci trascina via da una lotta di pensieri, il sonno ci regala pace [...].* (MmI)
- (128) *[...] dormire mi piace tantissimo soprattutto per l'altra dimensione che il sonno ci regala.* (LBS)
- (129) *Ma il sonno ti aiuta.* (BlogI)

All'infuori della valutazione sia positiva che negativa, negli esempi della personificazione del *sonno* da noi trovati, il *sonno* compie il ruolo di Proto-Agente, mentre lo sperimentatore, quando è presente, possiede piuttosto caratteristiche di Proto-Paziente.

Per di più, possiamo anche ritrovare la visione del *sonno* come *persona umana* negli esempi in cui il *sonno* nel ruolo di Proto-Agente cambia la sua posizione nello spazio, *arrivando* (78) allo sperimentatore, oppure *raggiungendolo* (79), dato che il suo movimento è autonomo, cioè la fonte dell'energia deriva dal *sonno* stesso.

## 2.7. Il sonno come *disciplina*

Presentare il *sonno* come *disciplina* è tipico per i testi specialistici. Visto un crescente interesse per i risultati degli studi sull'argomento, questa visione è sempre più presente anche nei testi divulgativi. Per questa ragione abbiamo deciso di includerla nella nostra analisi. Nel *sonno* come *disciplina* abbiamo individuato due concettualizzazioni più precise. Nell'una il *sonno* è presentato come una *capacità da apprendere*:

- (130) *Bisogna ricordare che il buon sonno è una condizione che si apprende nei primi mesi di vita.* (AGOD)
- (131) *Il bambino deve imparare ad addormentarsi da solo, senza l'intervento dei genitori.* (AGOD)

Nell'altra il *sonno* si manifesta come *oggetto di studio*, come una *scienza* in cui ci si può specializzare:

- (132) *I vari studi fatti sul sonno concordano nell'affermare che sia il sonno REM che quello non-REM sono necessari per essere in buona salute [...]* (BenessereSAC)
- (133) *Le ricerche neurofisiologiche che seguirono, di cui il sonno è stato ed è l'oggetto, e le relative scoperte si avvalsero invece dell'uso dell'elettroencefalografo.* (Baldari 2001)
- (134) *I dottori e gli specialisti che studiano il sonno hanno identificato più di cento tipi diversi di disturbi del sonno.* (Psichosoma)

In entrambi i casi, il sonno si manifesta come Proto-Paziente, mentre l'uomo sia quando lo *apprende* o *impara*, sia quando lo *studia* svolge il ruolo di Proto-Agente. Va tuttavia notata un'importante differenza tra le due situazioni: nella prima concettualizzazione l'uomo è sperimentatore, invece nella seconda è osservatore.

## 2.8. Il liquido e la corrente nel concetto di sonno

Analizzando l'atto di addormentarsi presentato come un moto all'ingiù, abbiamo rilevato il verbo *immergersi*, che designa il sonno come *liquido* che circonda lo sperimentatore. Per questa ragione abbiamo deciso di verificare l'esistenza di altri legami tra il sonno e il liquido. Dopo di che abbiamo constatato che gli indizi del rapporto tra il sonno e il liquido sono scarsi e insufficienti. Abbiamo trovato addirittura solo un esempio in cui il sonno *fluisce*, il che potrebbe suggerire la sua somiglianza al fiume. Nello stesso esempio, però viene confrontato con una *coltre* di oblio:

- (135) *Persino il sonno fluisce più oscuro e totale, come una coltre di oblio.* (M/2006/02/01)

Anche la frase

- (136) *Il sonno leggero spegne i ricordi.* (Lastampa.it/CMSTP/S)

potrebbe essere interpretata come una metafora del sonno che come l'*acqua* spegne il *fuoco dei ricordi* sennonché la presenza del verbo *spegnere* in una visione alternativa (più frequente) del sonno come *atto di staccare la corrente al cervello* paragonato a un *impianto elettrico*:



- (137) *Ma un'insidia si nasconde anche nella non vita del sonno [...] che regala il tanto agognato momento in cui si può staccare la spina dalle incombenze quotidiane.* (FPCPS)
- (138) *Ho sonno. Ho voglia di chiudere gli occhi, di spegnere il cervello.* (BlogBS)
- (139) [...] a un tratto **il cervello gira un interruttore** e di colpo stiamo dormendo. (QDC)

Vista la scarsità e l'ambiguità degli esempi che potrebbero presentare il *sonno* come *liquido* dobbiamo asserire che l'unico legame tra i due concetti confermato dalla nostra analisi viene rappresentato dal verbo *immergersi*. Invece l'ultimo gruppo di esempi ci convince che l'atto di spegnere la corrente è una delle concettualizzazioni (anche se non molto frequente) dell'addormentarsi.

## 2.9. Il riassunto dell'analisi del *sonno*

Per riassumere la nostra analisi del *sonno*, ne presenteremo i risultati in forma di un elenco strutturato cominciando dalle metafore più frequenti e finendo con quelle marginali. Tuttavia, la posizione nell'elenco è approssimativa, basata sia sulla quantità degli esempi di una data concettualizzazione nei testi esaminati sia sul grado in cui si manifesta la proiezione del dominio origine sul dominio target. Le concettualizzazioni più generali saranno presentate con numeri, le sue specificazioni con lettere minuscole, invece le specificazioni di livelli successivi con trattini. Tra parentesi verranno indicati gli elementi della struttura di dominio origine proiettati sul concetto di *sonno* o/e esempi delle espressioni tramite le quali si manifesta la proiezione.

Cercando di salvare una visione trasparente dell'elenco, non vi abbiamo presentato tutti i rapporti presenti tra le varie concettualizzazioni. Solo quando esso risultava indispensabile per un quadro completo, abbiamo attribuito un elemento comune a due categorie più generali, indicandolo con un asterisco.

Di conseguenza, abbiamo individuato concettualizzazioni del *sonno* come:

1. **Cosa concreta** (peso, struttura, consistenza):
  - a) *oggetto* (toccare / afferrare / prendere sonno),
  - b) *sostanza* (un po' di sonno, pieno di sonno, tantissimo sonno):
    - *liquido* (immergersi / immerso nel sonno),
  - c) *cosa desiderata*:



- *cibo* (abbuffate / fame / saziato di sonno; sonno squisito, saporito),
- *medicina* (sonno cura),
- *denaro* (debito di sonno, perdere / risparmiare),
- *bene* (sonno fatto / prodotto / acquisito, acquistato, di scarsa / buona qualita).

## 2. *Luogo*:

- a) *contenitore* (entrare / tornare / cadere nel sonno, essere trasportati / tirati / strappati fuori dal sonno, trovarsi / rimanere nel sonno, sonno profondo):
  - *territorio* (viaggiare dentro il sonno),
  - *rifugio* (rifugiarsi nel sonno): *tana*,
  - *fabbrica* (in sonno è prodotto / consolidato qc.),
  - *edificio* (architettura di sonno, costruzione di sonno, piani): *palazzo*,
- b) *luogo non delimitato* (avvicinarsi / arrivare / tornare al, raggiungere, andare verso il sonno; essere distolti dal sonno, essere accompagnati / guidati al / verso il sonno).

## 3. *Persona*:

- a) *persona benevola* (sonno regala, aiuta),
- b) *persona in moto* (sonno raggiunge, viene, si allontana, abbandona, lascia ecc.),
- c) *persona divina* (Hypnos),
- d) *persona nemica\** (sonno: mangia ricordi, entra in sciopero, ruba, inganna).

## 4. *Morte* (piacevole, piccola morte; morte momentanea, necessaria; resuscitare, non vita).

## 5. *Viaggio* (viaggio notturno; partire per viaggio):

- a) *punto di partenza* (essere trasportati da),
- b) *destinazione* (arrivare a / raggiungere, essere trasportati, guidati, accompagnati a).

## 6. *Avversario* (sonno attacca, lottare contro sonno):

- a) *persona nemica\** (colpo / botta di sonno, mazza chiodata di sonno),
- b) *forza* (invincibile, irrefrenabile; resistere, cedere / abbandonarsi al sonno).

## 7. *Disciplina*:

- a) *capacità da apprendere* (apprendere / imparare sonno),
- b) *oggetto di studio* (studio del sonno, ricerca sul sonno, specialisti del sonno).

## 8. *Atto di spegnere la corrente* (staccare la spina, spegnere, girare un interruttore).

Sebbene l'elenco presentato sopra finisca l'analisi delle concettualizzazioni del *sonno*, questo stato di coscienza apparirà anche nel capitolo successivo, come elemento della definizione del concetto di *sogno*.

### 3. La concettualizzazione del *sogno*

#### 3.1. Le definizioni del *sogno* e le caratteristiche del concetto

Analizzando i testi dedicati al *sogno* e consultando la voce ‘sogno’ nei dizionari possiamo notare una duplice natura del *sogno*. Anzi, il suo sdoppiamento viene osservato a due livelli distinti. Uno di essi riguarda il fatto che come *sogno* viene riconosciuta sia “l’attività psichica che ha luogo durante il sonno, caratterizzata da emozioni, percezioni e pensieri che si strutturano in una successione di immagini generalmente non regolata dalla logica o dalle normali convenzioni sociali, anche se apparentemente reale” (Garzanti 2003), sia “la serie di immagini che in quell’attività si avvicinano, cioè il contenuto di un determinato sogno” (Treccani 2008). I modi di trattare quella caratteristica di *sogno* dai dizionari e dalle enciclopedie sono vari. Alcuni, come il *Vocabolario on line* (Treccani 2008) o il *Dizionario della lingua italiana* (De Mauro Paravia on-line) presentano le due definizioni del *sogno* come due aspetti dello stesso significato. Intanto, per il primo il significato primario è “ogni attività mentale, anche frammentaria, che si svolge durante il sonno”, mentre per il secondo lo è “ciascun insieme di immagini, sensazioni e percezioni che si manifestano durante il sonno”. Anche l’*Enciclopedia generale* Sapere.it fornisce due definizioni del *sogno* simili a quelle presentate, indicandole, però, come due significati autonomi.

Altri dizionari, come il *Vocabolario della lingua italiana* di Nicola Zingarelli (1998) o *Il Dizionario d’Italiano* (Garzanti 2003), presentano il *sogno* solo come attività psichica. Ci ha incuriosito il fatto che gli esempi che seguono le definizioni — come: *fare, interpretare, spiegare un sogno o credere ai sogni, un sogno brutto o bello o un sogno rivelatore* — siano nella maggior parte uguali agli esempi che nei dizionari con le due definizioni distinte rappresentano il *sogno* come *l’insieme d’immagini che si presentano durante il sonno* e non un’attività psichica. Ciò può suggerire che i due tipi di definizioni presentano due lati dello stesso concetto difficili da separare anche per gli specialisti.

Il secondo dualismo del *sogno* riguarda la sua definizione come fenomeno dinamico e/o statico. Al dinamismo del *sogno* definito dai dizionari come attività mentale si oppone la staticità del *sogno* riconosciuto come stato di coscienza: “Per la verità, esistono diversi coordinatori principali (che regolano l’EEG degli stati di coscienza; quali la veglia, il sonno o lo stato di sogno)” (Margnelli, 2007).

Anche nelle definizioni dell’altro aspetto del *sogno*, esso si manifesta o in maniera statica, come il *contenuto* (Treccani 2008) o l’*insieme* (De Mauro Paravia on-line), oppure dinamicamente come una *sequenza* (Cortellazzo e Zolli 1999) o una *serie* di immagini, che *si avvicinano* quando sognamo (Treccani 2008).

Tuttavia, prima di passare alla descrizione delle concettualizzazioni del *sogno* come stato di coscienza, dobbiamo menzionare che con il passare del tempo il *sogno*, definito per la prima volta nel XIII secolo come “sequenza d’immagini più o meno coerenti che si presentano durante il sonno” (Cortellazzo e Zolli 1999), si è sviluppato ed è diventato una nozione polisemica. Le sue estensioni contemporanee più comuni sono: *immaginazione di cose irrealizzabili o considerate tali*; *dolce illusione*, *vagheggiamento della fantasia* (Garzanti 2003). In senso figurato *sogno* è spesso usato come sinonimo di *progetto utopico*, di *aspirazione* di *desiderio* e, per metonimia, anche di *persona* o *cosa desiderata*. Riferendosi al rapporto del *sogno* con la realtà *Dizionario della lingua italiana* (De Mauro Paravia on-line) lo definisce come “immaginazione, stato illusorio idealmente contrapposto alla realtà” e come “realtà o eventi tanto inaspettati o straordinari da sembrare irreali o incredibili”.

**Dato che l’oggetto del nostro studio è il sogno come uno degli stati di coscienza, l’analisi da noi svolta non includerà un’indagine dettagliata sugli altri significati del sogno.** Però, la maniera in cui si è sviluppato il concetto, ci fornisce informazioni su alcune delle sue caratteristiche fondamentali come valutazione positiva o opposizione alla realtà, a cui dedicheremo i capitoli 3.9 e 3.10. Oltre alle due proprietà elencate sopra ci occuperemo anche della relazione tra il *sogno* e gli altri stati di coscienza e in particolare del suo legame con il *sonno*, il quale dalla nascita della nozione di *sogno* è presente nella sua definizione.

### 3.2. Il sogno e gli altri stati di coscienza

Visto che lo stato di *sogno* è un fenomeno altrettanto comune come il *sonno*, non stupisce il fatto che viene richiamato per spiegare vari stati di coscienza non sperimentati così frequentemente. Abbiamo osservato che

nonostante la diversità degli stati descritti da *sogno*, la quantità di esempi indicanti un altro stato di coscienza in termini di *sogno* non è così numerosa come lo era nel caso di *sonno*. Nei testi da noi analizzati ne abbiamo trovato solo due esempi che comparano al *sogno* diversi tipi di *trance*:

- (140) [...] *la trance, come uno stato di sogno, libera il percorso da un gran numero di pensieri razionali che sono di ostacolo.* (Denning, Phillips, 2002: 97)
- (141) *La semitrance o falsa trance si presenta come uno stato di sogno e non di sonno [...]* (VML)

Altrettanto rari sono i casi in cui viene riconosciuto un legame tra *sogno* e *effetti delle droghe*:

- (142) *La canapa indiana richiede un particolare processo per tramutarsi nell'erba dei sogni.* (CblogCns)
- (143) *Il sogno era finito. Ma si può vivere fuori da un sogno? Si può accettare la vita senza narcotici e stupefacenti?* (PNR)

Più numerose sono le affermazioni della relazione tra *sogno* e *delirio*:

- (144) *Sogno e delirio discendono dalla stessa fonte: dalla rimozione.* (Jensen, Freud, 1992: 171)
- (145) *Sogno e delirio, parenti stretti.* (L'Unione Sarda.it 6.09.2006)
- (146) *Il delirio non è molto distante dal sogno.* (L'Unione Sarda.it 6.09.2006)

Tuttavia, la risposta data da una psichiatra e psicoterapeuta Gioia Massidda a un lettore del giornale *L'Unione Sarda.it* è unico esempio da noi trovato in cui *delirio* è definito dalla nozione di *sogno*:

- (147) *Valutiamo invece anormali quei sogni che perforano la veglia, i deliri, che pure hanno contenuti assai simili e altrettanto bizzarri.* (L'Unione Sarda.it 6.09.2006)

Tutti gli esempi del legame tra *sogno* e *delirio* derivano dai testi legati alla psicologia o psichiatria, più o meno specialistici. Dallo stesso tipo di testi deriva il termine *sogno delirante* riportato negli esempi successivi:

- (148) *C'è nel delirio dell'anoressia un aspetto di megalomania che fa parte del sogno delirante.* (PCC 2003—04)
- (149) [...] *le parti sane che percepiscono l'infondatezza del sogno delirante [...].* (Selvini, Sorrentino, 2006: 69)

Nondimeno, contemporaneamente questa espressione è anche usata metaforicamente nella lingua quotidiana e nei testi letterari:

- (150) *Vi è mai capitato di avere l'impressione di vivere imprigionati in un qualche sogno delirante [...] ?* (BlogTC)
- (151) *Potrò mai destarmi da questo sogno delirante o ne sono ormai per sempre prigioniero?* (DPBlogBD)

Ancora più rari degli esempi in cui vari stati di coscienza alterata vengono nominati *sogno*, sono i casi in cui lo stato di *sogno* viene spiegato tramite un altro stato di coscienza come *meditazione* o *delirio*:

- (152) *Si può vedere il sogno come un altro livello della nostra vita, come la meditazione, il viaggio sciamanico e la percezione diretta del corpo.* (SSS)
- (153) *[...] il sogno è, per così dire, il delirio fisiologico della persona normale.* (Jensen, Freud, 1992: 171)

Un'eccezione importante costituisce lo stato di *sonno*, le cui relazioni con il *sogno* ritroviamo già nella definizione di quest'ultimo, la quale richiama il concetto di *sonno* come lo stato in cui avviene il *sogno*.

### 3.2.1. Il sogno e il sonno

Studiando l'etimologia della parola scopriamo che *sogno* deriva dal termine latino *somnium*, il quale, da sua parte, ha le origini nella parola indoeuropea *sonnus*, che nella lingua italiana corrisponde al *sonno*.

Quando gli studiosi hanno scoperto che il *sonno* è composto di varie fasi, tra le quali dalla fase REM, cui hanno attribuito l'attività di sognare, hanno chiamato questa fase *sonno paradosso*. La locuzione rispecchia bene il rapporto esistente tra i due concetti indicando che anche se il *sogno* è una parte del *sonno* non è una parte qualsiasi e di sicuro non è la sua parte prototipica. Nei testi specialistici possiamo ritrovare varie spiegazioni perché la fase di *sonno* in cui si *sogna* viene nominata *sonno paradosso*:

- (154) *Il sonno con movimenti oculari rapidi [...] viene anche chiamato sonno paradosso perché da una parte ha caratteristiche elettroencefalografiche di un sonno molto leggero come quello dell'addormentamento mentre dall'altra ha una soglia di risveglio molto alta come accade nel sonno profondo.* (MPMS)

(155) *Il beta è anche il ritmo che caratterizza lo stato di sogno: malgrado il corpo sia profondamente rilassato (addirittura contemporaneamente paralizzato), il cervello, o meglio la corteccia cerebrale, sono attivi come durante la veglia. Questa apparente contraddizione ha fatto sì che il sonno con **sogno**, negli anni sessanta, venisse anche chiamato “**sonno paradosso**”. (WBlogC)*

Tuttavia non dobbiamo riferirci alle spiegazioni di neurologi o psicologi per convincerci che il *sogno* merita il nome di *sonno paradosso*. Basta esaminare la definizione secondo la quale il *sonno* è un “fenomeno biologico periodico di riposo delle funzioni psicofisiche, caratterizzato dalla sospensione della coscienza e della volontà, rallentamento delle funzioni neurovegetative e interruzione dei rapporti senso-motori tra soggetto e ambiente” (Garzanti 2003). In ottica di questa caratteristica del *sonno*, il *sogno* si manifesta come una sua fase specifica, giacché durante il *sogno* la mente non riposa e la coscienza, intesa come consapevolezza della propria esistenza, non viene sospesa. Sono invece presenti, come nelle altre fasi di *sonno*, interruzione dei rapporti senso-motori tra la persona che sogna e l’ambiente ed il rallentamento di alcune funzioni neurovegetative.

Indicando il *sonno paradosso* come sinonimo di *sogno* è importante notare che esso si riferisce solo all’attività di sognare e non al suo prodotto, il quale, come possiamo osservare nell’esempio (155) rimane espresso attraverso il lessema *sogno*.

All’opposto della situazione appena presentata, esaminando i testi dedicati al *sogno*, abbiamo osservato che gli **esempi che riguardano le concettualizzazioni del sogno come effetto dell’attività mentale sono notevolmente più numerosi di quelli che si riferiscono all’attività stessa**. Per di più ci sono alcune concettualizzazioni riguardanti solo uno dei due aspetti, perciò all’inizio avevamo intenzione di organizzare la nostra analisi presentando ogni aspetto in una parte distinta. Però, la quantità dei casi in cui l’attività di sognare e il suo effetto si incontrano nella stessa metafora e l’esistenza degli esempi in cui i due aspetti si confondono, ci hanno convinto di ordinare le concettualizzazioni analogamente al concetto di *sonno*, cioè secondo la complessità della struttura proiettata dal dominio origine al *sogno*.

### 3.3. Il sogno come oggetto

Esaminando l’uso delle metafore ontologiche nella concettualizzazione del *sogno* abbiamo osservato che il *sogno* definito come frutto dell’attività

mentale che si svolge nel sonno, non di rado si manifesta come **oggetto** che viene *fatto, prodotto o generato*:

- (156) [...] *quando **sto facendo un bel sogno** vorrei non svegliarmi mai!* (TSWCS)  
 (157) [...] *il sogno è **prodotto da due generatori** che operano nel cervello nelle diverse fasi REM/non-REM.* (Mancia, 2007: 337)  
 (158) *Per questo, le teorie su quali siano i **meccanismi di generazione dei sogni**, e a che cosa ci serva sognare, sono alquanto incerte e confuse.* (UCD 2005)

Il primo dei tre verbi è il più spesso usato nel linguaggio quotidiano, invece i due ultimi vengono ritrovati frequentemente nei testi scientifici o divulgativi riguardanti la neuropsicologia.

Anche se secondo *Il Dizionario d'Italiano* (Garzanti 2003) il primo significato del verbo *generare* è *far nascere, dare vita a un individuo della stessa specie*, il che indicherebbe la personificazione o l'animizzazione del *sogno*, avendo preso in considerazione il contesto degli esempi e il fatto che nei testi contemporanei *generare* è solitamente usato come sinonimo di *causare, provocare o produrre* (Garzanti 2003), abbiamo concluso che anche in questo caso il *sogno* è concepito come un **oggetto prodotto dalla macchina della nostra mente**. Intanto, indifferentemente dalla scelta di verbo o dal tipo di testo, lo stesso **atto della produzione corrisponde al sogno definito come attività mentale**. Questa visione viene confermata dal fatto che una delle definizioni del termine *sognare*, il quale come verbo profila l'attività e non il suo prodotto, è *fare sogni* (De Agostini on-line, De Mauro Paravia on-line).

In questa concettualizzazione il *sogno* si manifesta nello stesso tempo come **processo della creazione** e la **cosa creata**. Quest'ultima non esiste indipendentemente dall'evento, ma è tema incrementale e come tale è sottoposto al cambiamento di stato, in quanto svolge il ruolo di Proto-Paziente.

Sia l'attività di sognare che il suo prodotto possono manifestarsi come **oggetti preziosi**. In questo caso i due valori spesso si intrecciano e si confondono come negli esempi seguenti:

- (159) *Il sogno è il dono che riceviamo ogni notte, lo possiamo usare per **arricchire** la nostra vita, anche da svegli.* (SSS)  
 (160) *La seconda parte della notte [...] è la **più ricca di sogni** [...].* (QDC)  
 (161) *Il sogno, del resto, sembra essere davvero **importante nell'economia del sonno**, tanto che **se si depriva** artificialmente una persona della fase REM, svegliandola ogni volta che la raggiunge, la volta successiva i periodi REM si dilatano proporzionalmente per frequenza e durata, fino a **compensare la precedente privazione**, come se il cervello **avesse assolutamente bisogno** della sua **razione quotidiana** di sogni per poter funzionare al meglio delle sue possibilità.* (QDC)



Tuttavia, nonostante una grande quantità di esempi che confermano la valutazione positiva dello stato di *sogno*, i casi in cui esso viene presentato come un *oggetto prezioso* non sono troppo numerosi e non si uniscono tra di loro attraverso la struttura dello stesso oggetto. Il *sogno* può somigliare al *denaro* o alla *porzione di cibo*, però la proiezione della struttura di questi domini sul *sogno* è meno completa di quella che unisce il *denaro* o il *cibo* al concetto di *sonno*. Avviene così perché una proiezione più complessa della struttura del *denaro* e del *cibo* è riservata agli altri significati del *sogno*. Lo stesso motivo è la causa della proiezione parziale sul *sogno* della struttura dell'*oggetto concreto* i cui *manipolazione* e *possesso* sono serbate al *sogno* definito come un'aspirazione o un desiderio.

A volte i *sogni* sono presentati come *porte* o *finestre aperte*, come negli esempi successivi:

- (162) *I miei personaggi sognano, raccontano i loro sogni che sono delle porte aperte sul mondo.* (TSWCS)
- (163) *Questa affascinante ripetizione della vita (una finestra perennemente aperta sul mondo) non obbedisce a regole anagrafiche.* (Melotti, 2006: 111)

In questa visione è importante non solo il fatto che il *sogno* si manifesta come un *oggetto concreto*, ma che rappresenta un *mezzo* che rende possibile il passaggio tra due luoghi, mondi, realtà e di conseguenza appartiene al gruppo delle concettualizzazioni basate sugli schemi di CONTENITORE e ORIGINE — PERCORSO — META, di cui tratteranno i capitoli seguenti.

### 3.4. Il movimento e lo spazio nel concetto di sogno

#### 3.4.1. Il passaggio nel concetto di sogno

Come abbiamo accennato nel capitolo precedente, il *sogno* può apparire come un elemento che divide e nello stesso tempo unisce due mondi distinti. Essendo una *finestra* ci consente di accorgerci della loro esistenza, invece come la *porta* rende possibile il passaggio:

- (164) *Qualcuno ha scritto che i sogni sono delle finestre aperte su un altro mondo [...]* (Gangi, 1992: 195)
- (165) *Nella psicoanalisi si dice che i sogni sono delle porte d'ingresso per un mondo astrale.* (UAI)



A volte la distanza tra i due mondi sembra più grande. Allora il *sogno* si presenta come un *percorso* che porta a una meta desiderata:

- (166) *“Il sogno è una via, ascoltatelo, e andate dove vi può condurre”*. (ScsRR)  
 (167) *Praticamente il sogno è un sentiero attraverso il quale si può accedere all’Es [...]* (CiP)

Il *sogno* può anche essere un *veicolo* o uno *strumento* utilizzato nel viaggio, che allontana o supera gli ostacoli e aiuta a raggiungere il luogo desiderato:

- (168) *Tuttavia, nella Terza età il sogno [...] è spesso [...] un mezzo per ritornare alla giovinezza*. (Melotti, 2006: 108)  
 (169) *Per passare da un mondo all’altro il sogno sembra uno strumento privilegiato [...]*. (GAB1612S)  
 (170) *[...] i sogni sono uno prezioso strumento per arrivare alle profondità dell’animo dell’individuo [...]* (DGPD)  
 (171) *Il sogno supera le barriere dello spazio-tempo [...]* (GAB1612S)  
 (172) *Il sogno ci porta in uno stato affettivo particolare [...]* (CsplA)  
 (173) *I sogni, nell’ottica junghiana [...] si muoveranno su binari che, dalla coscienza individuale del sognatore, lo condurranno verso i territori del collettivo [...]*. (GSI/2005/11)

Sebbene di solito i *sogni* ci portino ai fini desiderati, questa non è una regola assoluta. Nell’esempio (174) il *sogno* si manifesta come un pallone o una barca che durante il viaggio ha preso troppi passeggeri, il cui peso causa che il veicolo va sempre più giù indipendentemente dalla volontà del viaggiatore:

- (174) *Il sogno, ogni sogno, trasporta in piani “illusori” della realtà: dobbiamo immaginare livelli qualitativamente diversi nei quali trame ed immagini si manifestano a noi. Più questi si appesantiscono di paure, dubbi, sofferenze, dolori, incomprensioni, più i nostri sogni ci conducono in piani bassi della coscienza onirica*. (NCC)

Anche nell’esempio seguente il mondo in cui porta il *sogno* non sembra un luogo piacevole né sicuro.

- (175) *I sogni ci portano in un mondo sommerso e misterioso, a volte pericoloso, un mondo di ombre indefinite, che spesso fanno male*. (Yahoo/2007/05/13)

Quando lo sperimentatore usa il *sogno* come uno strumento per *passare, ritornare o arrivare* a una destinazione, partecipa volontariamente al

cambiamento di stato ed è la causa del proprio movimento, quindi svolge il ruolo di Proto-Agente. Al contrario, il *sogno* è la causa del cambiamento di stato quando viene concepito come un *veicolo* che *conduce, porta o trasporta* lo sperimentatore, il quale possiede più caratteristiche del Proto-Paziente.

Gli esempi citati in questo capitolo non sempre indicano in maniera inequivocabile quale dei due aspetti di *sogno* rappresentano. Negli esempi (165)–(167) sia la stessa attività di *sognare* che il contenuto dei singoli *sogni* possono essere riconosciuti come mezzi di passaggio. Nell'esempio (168) un mezzo di trasporto alla giovinezza sono i contenuti di *sogno*. Però già negli esempi (169)–(173) i due valori si confondono. Il contesto dell'esempio (174) implica che si tratta di *sogni* come di una serie d'immagini ed emozioni vissute. L'interpretazione dell'esempio (175) invece cambia, se presumiamo che quel *mondo misterioso* sia il nostro subconscio raggiungibile grazie ai contenuti dei sogni particolari oppure sia proprio il mondo dei *sogni* verso cui ci conduce l'attività di *sognare*.

Oltre alla concettualizzazione di *sogno* come *percorso* che porta a una meta, possiamo individuare ancora un'altra visione del *sogno* basata sullo schema ORIGINE — PERCORSO — META, in cui due aspetti del *sogno* si uniscono: il *sogno* come *sentiero*, che il sognatore-viaggiatore *abbandona* svegliandosi, ma in cui può *rientrare* e *riprendere* il viaggio riaddormentandosi:

(176) *Doveva rientrare nel sogno, riprendere da dove era stato interrotto, cercare la conclusione.* (FsA/2008/10)

Questo frammento, anche se capito facilmente dall'utente della lingua racchiude una visione piuttosto complessa in cui il *sogno* da una parte è la meta alla quale si arriva *rientrando nel sogno* mentre dall'altra è il punto di partenza da cui ricomincia il *viaggio*. Il *viaggio* con cui anche può essere identificato il *sogno*:

(177) *Il sogno è un viaggio molto strano che può essere bello o brutto, manda dovunque e ti fa scoprire cose molto strane.* (IDSG)

Contrariamente alla visione del *sogno* come *percorso* che porta a una meta, nel *sogno-viaggio* il sentiero e la destinazione non sempre sono fissi:

(178) *Il sogno è un viaggio magico in cui il viandante va al tempo stesso imprigionato ed errante* (Zambrano, 2004: 87)

(179) *Ma ogni sogno è anche un viaggio, un viaggio incantato. Viaggio perché in essi c'è un movimento che non toglie però il fatto che non ci sia un cammino.* (Zambrano, 2004: 85)

Quando il *sogno* si manifesta come un *viaggio* che non ha né fine né sentiero prefisso, come nei due esempi precedenti, non si basa sullo schema ORIGINE — PERCORSO — META che è usato come fondamento del *viaggio* prototipico.

Dagli esempi riscontrati il sognatore-viaggiatore appare come Proto-Paziente che non controlla il suo movimento essendo *mandato* o perfino *imprigionato*. Intanto svolge il ruolo di Proto-Agente quando *rientra* nel sentiero del *sogno* e *riprende* il viaggio.

Tornando al *sogno* concepito come un *sentiero* in cui si *rientra* dobbiamo osservarvi la presenza dello schema di CONTENITORE, visto che sia il verbo *rientrare* che la preposizione *in* si riferiscono prototipicamente al passaggio in un luogo delimitato. La stessa osservazione si riferisce al *sogno-viaggio* accompagnato dalla preposizione *in*.

Anche nelle altre concettualizzazioni di *sogno* basate sullo schema ORIGINE — PERCORSO — META è presente lo schema di CONTENITORE. La nostra mente o il nostro inconscio vengono concepiti come un edificio o una camera le cui porte o le cui finestre sono i *sogni*. Pure il punto d'arrivo a cui porta il *sogno-veicolo* può manifestarsi come un luogo delimitato. Però, molto spesso, il *sogno* stesso appare come un *contenitore* quando è concepito come *spazio delimitato*.

### 3.4.2. Il sogno come spazio e la metafora del contenitore

Il *sogno* concepito come *spazio* può essere di varie dimensioni e di diversi confini: partendo dai contenitori con le pareti ben definite come un *cofano*, una *stanza* o un *edificio*, attraverso i posti non delimitati, i *territori* con i confini non sempre stabiliti, fino a *mondi* e *universi*, di dimensioni così grandi che sembrano infiniti.

In certe situazioni il frutto dell'attività onirica può assomigliare a un grande *cofano* pieno di tesori segreti:

(180) *I sogni contengono segreti, rivelazioni immense.* (TSWCS)

(181) *Il sogno racchiude anche una "ricchezza" di contenuti emotivi [...].* (Centropsi.it)

Invece lo stato di *sogno* può apparire come una *casa* o una *stanza* in cui *entriamo* passando dallo stato di *veglia* o dallo stato di *sonno*:

(182) *La tempesta si è calmata e Maurice è entrato nel sogno [...]* (SmsIvcs/2008/07/30)

- (183) *Quando entriamo nello stato di sogno, da addormentati, la memoria della nostra coscienza si affievolisce.* (SSS)

Anche il contenuto del sogno può apparire come un *contenitore* in cui oltre al sognatore possono entrare anche altre persone, animali, cose o sensazioni. Allora il sogno sembra la casa del sognatore dove arrivano degli ospiti voluti e non voluti:

- (184) [...] *per sogno istantaneo intendo il momento in cui sei entrato nel sogno da pochi secondi e sai perfettamente che è un sogno...* (CsForumV)
- (185) *Però ho pensato che il pipistrello potrebbe essere entrato nel sogno perché di recente ho visto un documentario sui pipistrelli dove ne prendevano uno [...] e lo stendevano per le ali...* (OFPP)
- (186) *Mi sono svegliata all'improvviso, alle 3, con un dolore fortissimo in tutta la parte destra del viso: dalla tempia tutto lungo i denti superiori. All'inizio il dolore mi è entrato nel sogno, che è diventato un incubo, poi mi sono svegliata con questo dolore terribile senza capire cosa stesse succedendo.* (BlogsA/2004/10)

Esaminando gli esempi sopra citati in base alla teoria di spazi mentali di Gilles Fauconnier possiamo osservare che gli "ospiti" del sognatore possono derivare da spazi diversi: nell'esempio (186) il dolore è venuto dallo spazio del mondo esterno, invece il pipistrello dell'esempio (185) dal ricordo collocato nella mente dello stesso sognatore.

Il riferimento a due spazi distinti, cioè alla realtà fisica e alla realtà del sogno è anche necessario per capire l'esempio seguente, in cui lo sperimentatore compie un'azione trovandosi all'interno del sogno:

- (187) *Essi erano interessati a verificare se nei soggetti che all'interno del sogno trattengono il respiro, questo si ferma anche fisicamente.* (Sblog/2009/02/P)

Sebbene entrare nel sogno non sembri un compito difficile, l'atto di uscirne può presentare delle difficoltà e richiedere un aiuto altrui, mentre l'abilità di uscire dal sogno da soli viene presentata come una capacità insolita:

- (188) *Allora sento con estrema certezza che se non mi sveglierà qualcuno per farmi uscire da quel sogno, io morirò.* (V. Guagliardo)
- (189) [...] *non mi spiego come riesco volontariamente a uscire dal sogno e svegliarmi...* (HFAIT)
- (190) *Con uno sforzo supremo di tutto il mio essere, del corpo e della mente, mi sono tirato fuori dal sogno [...].* (Malet, 2002: 7)

In questi casi il *sogno* non assomiglia più a una casa, ma a un luogo opprimente, come negli esempi seguenti in cui il *sogno* è presentato come una *prigione* o una *gabbia*:

- (191) *Forse allora è proprio vero che i sogni sono le gabbie delle nostre coscienze.* (MBlogC)  
 (192) *Imprigionato nel sogno vuole uscir dalla sua prigione [...]* (Zambra-  
 no, 2004: 47)

Pur non essendo troppo numerose, le rappresentazioni del *sogno* come un *luogo opprimente* sono importanti per una visione completa del concetto, giacché sono in opposizione alla valutazione prototipica del *sogno* secondo la quale esso è un concetto positivo.

Quando lo sperimentatore svegliandosi, riesce a *uscire* o a *tirarsi fuori* dal *sogno* svolge il ruolo di Proto-Agente. Invece il suo ruolo è opposto mentre subisce il cambiamento di stato non controllandolo, quando viene *tirato* o *trascinato* fuori dal *sogno-contenitore*:

- (193) *Già tocca alzarsi alle 2.45 e si viene tirati fuori da un sogno un poco angosciante [...].* (Gbolgs/2007/09/01)  
 (194) *La maledetta sveglia mi ha trascinato fuori dal sogno per portarmi in questa realtà.* (Gblog/2007/03/01a)

Nella situazione quando lo sperimentatore cambiando lo stato di coscienza passa fuori dal *sogno* viene profilata la parte esteriore del CONTENITORE.

Lo schema di CONTENITORE è raramente visibile nel *sogno* concepito come un *territorio* che occupa una certa quantità di spazio, ma i suoi confini non sono ben definiti:

- (195) *Noi sappiamo che il sogno [...] occupa gran parte della fase REM [...]* (N. Lalli)  
 (196) *Non so se la realtà sia come un sogno, ma di sicuro il sogno occupa gran parte della mia realtà.* (CsPU)

Allora il *sogno* spesso si manifesta come un *terreno ignoto* e misterioso, il quale lo sperimentatore nel ruolo di Proto-Agente *esplora* sognando:

- (197) *Una terra ricca di mistero, di simboli enigmatici, alla quale da sempre l'uomo ha cercato di strappare i suoi segreti.* (Melotti, 2006: 107)  
 (198) *Andare a cercare sentimenti di cui ci siamo dimenticati esplorando il territorio del sogno.* (PbRS)

La difficoltà di stabilire netti limiti del *sogno* viene espressa esplicitamente nei molti esempi in cui il *territorio* di *sogno* confina con la *realtà* o con lo stato di *veglia*:

(199) *I confini tra il sogno e la realtà sono molto sfumati [...]* (IPVC)

(200) *E il confine tra il sogno e la veglia è labile.* (S/2006/04/14/P)

Il *sogno* confinante con la *realtà* rappresenta le immagini vissute nello stato di *sonno*, invece quando confina con la *veglia* viene messo in rilievo il suo aspetto dell'attività mentale.

Anche quando il *sogno* è la stessa *zona di confine* tra due mondi diversi i suoi limiti non sono ben definiti:

(201) *Il sogno è un territorio di frontiera che può aprire nuove strade di conoscenza.* (GaI)

(202) *Il sogno non è che una terra di confine tra realtà e anima, tutta da esplorare.* (OFPS)

Nei casi in cui il *sogno* è presentato come un *mondo* o un *universo*, il riferimento allo schema di CONTENITORE si manifesta solo nella preposizione *in*:

(203) *Per me un sogno è un mondo tutto mio, in cui posso distruggere tutte le cose brutte [...].* (Yahoo/2008/07/09)

(204) *Ci possiamo abbandonare quindi, a questa realtà altra, in questo mondo parallelo abitato dalle ombre.* (Rodighiero)

Anzi, a volte il sognatore, la sua mente appaiono come un contenitore del mondo creato nell'atto di sognare:

(205) *[...] per me un sogno è quel mondo che vorremmo... ma che non abbiamo il coraggio o la forza di cercare... e allora lo creiamo dentro di noi...* (BBlogC)

(206) *Mentre se il cervello si riprende e sogna costruisce un mondo che somiglia in modo straordinario a quello della veglia.* (M. Trivelli)

Tuttavia, in ottica degli esempi trovati, la visione del *mondo* come *luogo*, anche se di dimensioni immense, appare troppo riduttiva. Il *mondo* del *sogno* non solo occupa uno spazio distinto da quello del mondo reale, ma anche viene governato da altre leggi, spesso molto diverse da quelle del mondo della *veglia*:

(207) *La non-materialità del mondo dei sogni non significa una non-realtà.* (GAB1612S)

(208) *Il sogno è un **universo** che viene vissuto in modo diverso rispetto alla vita da svegli [...]* (Interpretasogni.com)

Come abbiamo già accennato, lo sperimentatore sognando può trovarsi e vivere degli avvenimenti dentro il *sogno*, come negli esempi (203) – (204), ma anche può apparire come il creatore del mondo (205) – (206) e pure il suo contenitore (205). Quando lo sperimentatore si *abbandona* alla realtà del *sogno*, non possiede il controllo su quello che accade e, di conseguenza, compie il ruolo di Proto-Paziente. Al contrario, essendo il creatore del *mondo onirico* assume il ruolo di Proto-Agente, mentre il *sogno* – analogamente alla concettualizzazione del *sogno* come un *oggetto prodotto* – essendo il tema incrementale, svolge il ruolo di Proto-Paziente.

Oltre ai casi finora presentati, lo schema di CONTENITORE appare anche quando il passaggio allo stato di *sogno* si manifesta come il moto all'ingiù, quando il sognatore *scivola* e *sprofonda* nel *sogno*:

(209) *Come spesso mi capita **sono scivolato nel sogno**, in quel modo assurdo, lento e contemporaneamente improvviso.* (Ablog/2008/09/N)

(210) *Non svegliarmi: accompagnami con dolcezza nel sonno, piuttosto e lascia che io **sprofondi nel sogno**.* (RsA/2004/07)

Tuttavia, nonostante la preposizione *in* che implica il passaggio dentro un contenitore, i confini del *sogno* anche in questa concettualizzazione non sempre sono stabili, visto che i verbi come *sprofondare*, o ancora più evidentemente *essere immerso* presentano il *sogno* come *liquido*:

(211) *Le percorro in auto ma **non sono quasi mai immerso completamente nel sogno**, sembra quasi che il mio corpo fosse lì ma la mia “coscienza” più che sentirsi **immersa nel sogno** si trova a osservare quello che accade.* (FVS)

Quando lo sperimentatore *scivola* o *sprofonda* nel *sogno*, non controlla il suo movimento e perciò compie il ruolo di Proto-Paziente. È invece impossibile indicare qual è il suo ruolo quando è *immerso* nel *sogno*, visto che questa forma del verbo non indica se il passaggio è stato compiuto indipendentemente.

Il rapporto del *sogno* con il *liquido* non si limita al moto all'ingiù dello sperimentatore nel momento del cambiamento di stato. Però, visto che il *sogno* come *liquido* non si manifesta solo come uno spazio in cui si trova il sognatore, altri elementi che legano i due concetti saranno presentati nel capitolo autonomo.



### 3.5. Il sogno e il concetto di *liquido*

La proiezione della struttura del *liquido* sul concetto di sogno è poco sistematica e abbastanza rara. Oltre la visione del sogno come *liquido* che circonda lo sperimentatore, che è stato presentato nel capitolo precedente, il sogno può manifestarsi come il *fiume* che *scaturisce* da una *fonte* e corre dentro il sognatore, il quale allora appare come un territorio:

- (212) *Questo è il terreno 1 da cui **sorge il sogno** di tipo 1.* (OOM)
- (213) ***La fonte di un sogno** può essere tuttavia anche un'esperienza interiore [...].* (SSIE)
- (214) ***I sogni possono scaturire** da tre livelli diversi [...].* (T21S)
- (215) ***Il sogno è un fiume che corre** dentro di noi, non si ferma mai e cerca di superare i sassi degli incubi.* (IDSG)

Ci sono anche rari esempi in cui il sogno si manifesta come *fonte* di cose positive:

- (216) *Quelle di Magritte [...] sono visioni oniriche, così come **il sogno è la fonte** cui l'arte **si abbevera**.* (L/20/11/2008/R)
- (217) *[...] sogno, **fonte di autoconoscenza**, intuizione e creatività [...]* (S. Sansolini)

Nei testi esaminati abbiamo trovato ancora un'altra relazione tra il sogno e il *liquido*, in cui il sogno è un elemento che *emerge* o è *sommerso*:

- (218) *È quindi il sonno che permette **l'emergere del sogno** e non viceversa.* (N. Lalli)
- (219) *[...] **il sogno può emergere** in pieno durante il sonno ma è del tutto **sommerso** nella veglia.* (S. Rodighiero)

Negli esempi analizzati la rappresentazione del sogno come *fiume* o come *fonte* si riferisce alle immagini e sensazioni che appaiono nel sogno. Invece l'atto di emergere o il fatto di essere sommerso profilano soprattutto l'attività di sognare (o la sua mancanza), distinta dagli altri stati di coscienza. Il gruppo di concettualizzazioni che esamineremo nel capitolo successivo riguarda quasi interamente quello che viviamo durante il sogno.



### 3.6. La *comunicazione* nel concetto di *sogno*

Un gruppo significativo delle concettualizzazioni di *sogno* è legato all'atto di comunicazione in cui il *sogno* si manifesta o come la *comunicazione* stessa oppure come uno dei suoi elementi.

#### 3.6.1. Il *sogno* come *atto di comunicazione*

Come *atto di comunicazione* il *sogno* racchiude un *messaggio* che può variare di forma ed essere espresso tramite diversi *codici* e *canali*:

- (220) *Anche i sogni degli anziani [...] risultano variegati sia nel **contenuto** che nelle **modalità di espressione**.* (Melotti, 2006: 108)
- (221) *Tutti i sogni hanno un **sens**o e **contengono un messaggio**: sta a noi comprenderlo e servircene.* (GAB1612S)

Sebbene l'atto di comunicazione non sia un oggetto fisico, negli esempi sopracitati ritroviamo lo schema di CONTENITORE — rappresentato dalle espressioni *contenere*, *contenuto* — in cui viene profilata la sua parte interiore.

In ulteriori esempi il *sogno* non appare più come *contenitore*, ma nel ruolo di Proto-Agente causa il cambiamento di stato del messaggio. In questo caso il ricevente del messaggio è punto di riferimento statico del messaggio recato ma nello stesso tempo percepisce l'evento ed esiste indipendentemente da esso, cioè possiede alcune caratteristiche di ognuno dei ruoli. Si manifesta come Proto-Agente quando impara a *leggere* i *sogni* e cerca di *interpretarne* il *messaggio*. Intanto il *messaggio*, in tutte queste situazioni, svolge il ruolo di Proto-Paziente.

- (222) *Esistono infine **sogni che forniscono informazioni** sulla vita ad un livello diverso da quello quotidiano.* (GAB1612S)
- (223) *Siccome però il sogno ci appartiene intimamente e personalmente, dovremmo fare uno sforzo e imparare a leggere questa "**lingua straniera**", perché esso **reca un messaggio** che bisogna saper interpretare.* (T21S)

Nell'esempio precedente, oltre al *messaggio*, viene anche rilevato il *codice* usato dal *sogno* per la sua rappresentazione. Pure negli esempi successivi vari tipi di linguaggio si manifestano come il *codice* usato dal *sogno*:

- (224) *La Klein incomincia ad analizzare i bambini e si accorge che il linguaggio del gioco è identico al **linguaggio del sogno**.* (L. Baldari, 2001)
- (225) *Il **linguaggio del sogno** è un linguaggio criptico, simbolico, incomprensibile al soggetto senza la mediazione dell'analista.* (Rossi, 2008: 27)

### 3.6.2. Il sogno come elemento dell'atto comunicativo

Oltre ad apparire come *atto di comunicazione*, non di rado il sogno si manifesta come uno dei suoi elementi.

Come *codice* il sogno si caratterizza di universalità, da una parte e di ambiguità nel trasmettere il messaggio, dall'altra:

- (226) *Su un piano evolutivo culturale, possiamo paragonare il sogno alla **scrittura ideografica** che è più universale, ma meno definita di quella fonetica.* (N. Lalli)
- (227) *Se un sogno è un **linguaggio nascosto** in cui Dio comunica se stesso, come puoi passarlo sotto silenzio?* (Standaert, 2007: 301)

Il sogno presentato come *canale*, di solito appare come un *connettore* tra la coscienza e una parte inconscia della mente del sognatore, ma può anche essere *mezzo di comunicazione* con le divinità o tra più persone che sognano:

- (228) *Il sogno [...] ha lo scopo di **portarci a contatto** con qualcosa che "sta cercando di manifestarsi alla coscienza".* (T21S)
- (229) *I sogni sono un **canale di comunicazione** con questa parte interiore [...].* (RdvA)
- (230) *Gli antichi da sempre hanno considerato il sogno come il **mezzo principe per entrare in contatto** con il Divino [...].* (S. Sansolini)

Negli esempi (228) e (230) possiamo osservare che il sogno come mezzo di comunicazione si basa sull'immagine del sogno come mezzo di trasporto, visto che il contatto tra i due interlocutori appare come una finalità alla quale il sogno porta, oppure in cui lo sperimentatore servendosi dal sogno, entra. Per di più il fatto che il contatto stesso, che in questo contesto appare come possibilità di comunicare, ha come la base un'esperienza tattile è un'altra prova della tesi che le nostre concettualizzazioni sono fondate sull'esperienza sensoriale.

Tra i vari elementi dell'atto comunicativo, il più spesso il sogno si manifesta come un *messaggio* per il sognatore:

- (231) *Il sogno è un messaggio destinato alla nostra vita “interiore” [...] (GAB1612S)*
- (232) *Il sogno è un messaggio dell’istinto e dell’inconscio collettivo che proviene dal centro della psiche ed è diretto all’individuo nella sua unicità. (Sblog/2006/09/01a)*
- (233) *Anche perché l’inconscio di notte si sveglia, manda messaggi, “pensieri corti” che vanno sviluppati, a volte urla. (Melotti, 2006: 104)*

Quando il sogno è un messaggio destinato, diretto o mandato allo sperimentatore svolge il ruolo di Proto-Paziente, però in questo caso neanche lo sperimentatore assume il ruolo di Proto-Agente essendo punto di riferimento statico e non causando il cambiamento di stato di sogno.

Visto che il sogno sia come messaggio sia come intero atto di comunicazione non è un rappresentante prototipico di queste categorie ma è complesso e ambiguo, di solito per compiere la sua funzione deve essere interpretato:

- (234) *“La psicoanalisi — sostiene Mancina — è interessata al significato del sogno e alla possibilità di contestualizzarlo nella relazione analitica. (L. Baldari, 2001)*
- (235) *Questo tipo di sogno puoi interpretarlo o meno, non è importante. (OOM)*

Allora il Proto-Agente è persona la quale interpreta il sogno che, interpretato o contestualizzato, appare come Proto-Paziente.

I sogni trasmettendo i messaggi possono prendere varie forme e dimensioni. A volte appaiono come una lettera o un telegramma, come negli esempi successivi, ma di solito la loro struttura è più complessa.

- (236) *Lei diceva che i sogni sono i telegrammi che vengono dal mondo dell’Invisibile. (ScsRR)*
- (237) *Nell’Ebraismo si dice che il sogno è una lettera mandata da Dio; noi la dobbiamo aprire e leggere. (NPO/27/07/2008)*

Nella sua complessità il sogno assomiglia a un’opera d’arte, il cui messaggio non è univoco e viene espresso tramite i simboli. Perciò molto spesso è rappresentato come film, spettacolo, libro o quadro.

### 3.6.3. Il sogno come film

La proiezione più completa della struttura del dominio origine ha luogo quando il sogno si manifesta come film:

- (238) *Il sogno è il **film** del nostro inconscio.* (GSS)  
 (239) [...] *i contenuti inconsci prendono parte allo **scenario del sogno**.* (QDC)  
 (240) *Ancora confusa vedeva **scorrere** nella sua mente **immagini e fotogrammi di quello strano sogno**.* (UDAS)

In questo caso la mente del sognatore può apparire come uno *schermo cinematografico* su cui è proiettato il sogno:

- (241) *I muscoli si rilassano e la mente diventa passiva come uno **schermo cinematografico**, pronto a ricevere le immagini che verranno. [...] Solo gli occhi fanno eccezione. Si potrebbe pensare che siano impegnati a seguire il **'film' che scorre sullo schermo bianco della mente** [...]* (QDC)

Nel *film* il sognatore può essere un *regista*, uno *sceneggiatore*, un *attore*, uno *spettatore*, non di rado contemporaneamente o passando da una funzione all'altra:

- (242) *Riuscire a passare da **spettatore passivo del sogno** ad **attore**, artefice e consapevole del proprio spazio-sogno, dona estremo beneficio psicofisico.* (SBT)  
 (243) *Questa notte **ho fatto un sogno: in esso, mi rivedo** mentre **percorro** con poca convinzione le stradine buie e deserte [...]* (MblogC)

Essendo uno *spettatore* lo sperimentatore nel sogno può osservare vari personaggi, con cui, come *attore*, può interagire:

- (244) *Il mio amico anziano ed io stesso, siamo i **personaggi del sogno** (dramatis personae).* (Meier, 1993: 163)  
 (245) [...] *in sogni miei [...] **compaiano figure** completamente prive di una connotazione personale, che pur **svolgono ruoli** molto importanti nella dinamica onirica.* (Tripaldi, 2004: 83)

Come *regista* e *sceneggiatore* il sognatore può influire sugli avvenimenti del sogno come se fossero elementi della trama di un *film*:

- (246) [...] *il sognatore cambia o completa la **trama del sogno** da sveglio.* (SrRns)

Quando lo sperimentatore appare esplicitamente nelle situazioni presentate negli esempi assume il ruolo di Proto-Agente *percorrendo* la strada o *recitando* il sogno come *attore*, *cambiando* o *completando* la trama come *regista* o *rivedendosi* nel sogno come *spettatore* del film di cui si fa parte.

Una proiezione dettagliata della struttura di un *film* sul concetto di *sogno* appare nel frammento di romanzo di Alessandro Chiodo, il quale costituisce un ottimo esempio della costellazione metaforica:

- (247) Il **principio** del sogno fu lento, quasi privo di fatti, solo uno **scorrere di immagini** che dissolvevano l'una nell'altra, sovrapponendosi qualche volta l'una sull'altra con **effetti di trasparenza e sfumatura**. In una fase più acuta, le cose, però, cambiarono ritmo e assunsero una **trama** più precisa. [...] Il **montaggio** del sogno era stato eseguito con **tagli** piuttosto grossolani ma molto vicini alle **preferenze cinematografiche** di Nicola, il quale proprio di cinema si occupava e, per la precisione, di critica cinematografica. La **sequenza di immagini** successive mostrava una stazione ferroviaria [...]. La **scena** era adesso **ripresa dall'alto**, l'**inquadratura** si era fatta più ampia e comprendeva una porzione di territorio più vasta. (L'Italiano 137: 4)

Il frammento presenta elementi del *sogno* con i termini tipici per il *film* come: *montaggio*, *taglio*, *inquadratura*. Inoltre descrive la *velocità* e il *ritmo* dell'azione, la *trama*, i *tipi di riprese*, la *nitidezza delle immagini* ecc. Tuttavia, sebbene il *sogno* possieda molti elementi del *film*, la proiezione della sua struttura sul concetto di *sogno* così dettagliata come nell'esempio (247) non è comune e può essere spiegata dalla professione dello sperimentatore.

### 3.6.4. Il sogno come spettacolo

La struttura simile a quella di un *film* appartiene alla concettualizzazione del *sogno* come **spettacolo** rappresentato nel teatro personale della nostra mente, con la differenza che al posto dello schermo appare un palcoscenico:

- (248) Per questo il sogno può essere considerato un **teatro privato**, dove si svolge una **pièce** in cui i singoli **personaggi** e le singole **parti** che essi rappresentano sono uniti tra loro da vari rapporti logici e affettivi. (Mancia, 2007: 326)

Anche in questo caso lo sperimentatore può apparire contemporaneamente come *attore*, *spettatore*, *regista* e *scenografo*:

- (249) Ogni notte, quando si addormenta, l'uomo sale su un **palcoscenico** immaginario. Nel suo **teatro** personale diventa **spettatore**, **regista**, **scenografo** di se stesso. Quell'uomo sta sognando. (A. Durso)

Tuttavia, dobbiamo ricordare che le funzioni che può assumere lo sperimentatore non sono legate al suo proto-ruolo, il quale nell'esempio (249) è Proto-Agente, visto che lo sperimentatore *salendo* su un palcoscenico possiede tutte le sue caratteristiche.

Per la somiglianza nella struttura del *film* e dello *spettacolo* non è possibile indicare con certezza quale delle due concettualizzazioni rappresenta un esempio se non ci appare un elemento distintivo: nell'esempio (250) sia le funzioni dello sperimentatore che il *copione* del *sogno* possono appartenere alla struttura di un *film* o di uno *spettacolo*, invece nell'esempio (251) il paragone della struttura del *sogno* a un dramma in quattro atti ci rinvia a una *rappresentazione scenica*:

- (250) *Il Soggetto che ha prodotto il sogno diviene soggetto / sceneggiatore, oltre che attore e regista, del copione a cui dà vita [...]* (N. Lalli)  
 (251) *Di solito si considera questa struttura del sogno come un dramma in quattro atti [...]*. (GSI/2008/06)

### 3.6.5. Il sogno come *quadro*

Sia il *sogno* come *film* sia come *spettacolo* si manifesta come un fenomeno dinamico. Però perde questa caratteristica quando il *film* viene fermato e il *sogno* appare come un *quadro*:

- (252) *[...] il sogno presenta scene più complesse in quanto più eventi possono essere rappresentati simultaneamente. In questo senso è paragonabile all'opera di un pittore che rappresenta numerosi personaggi in un unico quadro in relazione tra di loro [...], ma anche in relazione con i fruitori dell'opera d'arte.* (Mancia, 2007: 326)  
 (253) *È facile sognare, il sogno è un quadro dipinto dal nostro Io [...]*. (U/2005/02/06/A)  
 (254) *Il sogno è il ritratto di noi stessi, senza correzioni, senza lifting [...]* (GSS)  
 (255) *[...] una situazione che, dalle tinte del sogno, sembrerebbe di blocco [...]* (OFPS)

Nelle concettualizzazioni del *sogno* come *film* o come *spettacolo* spesso vengono messi in rilievo gli avvenimenti che vi si presentano, vale a dire, il suo intreccio. Invece la visione statica del *sogno* come *quadro* è più spesso usata per sottolineare il significato simbolico del *sogno*, come quando lo sperimentatore afferma che ha sognato una cosa o una persona:

- (256) *Questa notte ho sognato un bambino, cosa sarebbe?* (Yahoo/2009/07/30)  
 (257) *Cosa significa sognare un parente morto?* (GQS)

### 3.6.6. Il sogno come libro

Il sognatore, avendo guardato o essendo personaggio di un *film onirico* può cercare di ricostruire il *sogno raccontandolo* o provare a *registrarlo descrivendo* il sogno in un diario da cui poi esso può essere *riletto*:

- (258) *Possiamo aprire il nostro **diario dei sogni**, scrivere direttamente su di esso la conclusione che preferiamo dare ai sogni interrotti o sgradevoli, quando li registriamo o li rileggiamo, oppure possiamo raccontare a qualcuno il nostro sogno nella nuova versione che gli abbiamo dato.* (SrRns)

Tuttavia il diario in cui sono descritti i sogni vissuti prima non è l'unico legame tra il *sogno* e un'opera scritta, il *sogno* stesso può manifestarsi come un *libro*, che può essere *letto* o solo *sfogliato*, dotato di illustrazioni e di testo, il quale spesso è difficile da comprendere:

- (259) *Il sogno è un **libro** scritto in una lingua sconosciuta, che ha sulla **copertina** un bel disegno.* (Corriere.it/2004/12/15)  
 (260) *Il sogno è un **libro** che viene **sfogliato** di notte. Non ci interessano le **parole scritte**, ma le **illustrazioni**, le figure, i disegni.* (MsA/2009/04)  
 (261) *Sapere **leggere i sogni** nella loro qualità emotiva, simbolica, significa avere molto materiale in più per conoscersi.* (NCC)

Quando il *sogno* viene concepito come *libro*, il sognatore può apparire come *lettore*, che *sfogliando* o *leggendo* il sogno assume il ruolo di Proto-Agente. Lo stesso ruolo viene compiuto da chi è l'*autore* del sogno o il suo *interprete*:

- (262) *In entrambi i casi, l'**autore del sogno** ne è anche l'**interprete**.* (Iovinelli, 2004: 142)  
 (263) *[...] nell'interpretazione onirica, la **chiave di lettura** ce l'ha solo l'**autore del sogno** e bisogna sempre tenere conto del contesto del sogno e di tutti i particolari presenti [...]* (FVL)

Quando il *sogno* è un elemento della comunicazione tra l'inconscio e la mente cosciente del sognatore, lo sperimentatore è nello stesso tempo l'emittente e il ricevente dell'informazione. Secondo varie credenze religiose



e popolane l'emittente del sogno può essere anche lo stesso Dio, come negli esempi (227), (230) e (237), oppure le persone morte:

- (264) [...] *lo spirito di un defunto viene a comunicarti qualcosa facendolo con il mezzo meno traumatico come può essere un sogno*. (Yahoo/2008/04/25)  
 (265) [...] *che i defunti ci proteggano mi sembra una cosa assurda [...]. Semmai [...] comunicano attraverso il sogno [...]* (Yahoo/2008/09/23)

Anche il sogno stesso oltre a essere rappresentato come *messaggio*, *codice* o *canale*, può manifestarsi come *emittente* del messaggio:

- (266) *I sogni [...] Comunicano anche informazioni importantissime alla mente cosciente [...]* (T21S)  
 (267) [...] *credo che spesso i sogni ci raccontino più di quello che dovremmo sapere. E se lo richiediamo, spesso ci possono indicare le soluzioni ai nostri problemi*. (TSWCS)  
 (268) *Mi piace quello che i sogni mi dicono sulla realtà da sveglia*. (TSWCS)

Quando il sogno, nel ruolo di Proto-Agente, appare come *emittente* del messaggio, spesso compie azioni come *comunicare*, *raccontare*, *dire*, *indicare soluzioni*, normalmente svolte da una *persona umana*. Anche le altre visioni del sogno contengono la sua personificazione. Siccome esse non sono legate all'atto di comunicazione le esamineremo nel capitolo successivo.

### 3.7. Il sogno come organismo vivo

#### 3.7.1. Il sogno come persona

Come abbiamo già scritto nel capitolo precedente, il sogno nel ruolo di emittente del messaggio appare come *persona*. Per di più, il sogno si manifesta come una *persona ragionevole*, dotata di *propria volontà*, che *gode di prestigio*, esprimendosi — cioè *esponendo il proprio pensiero* (Garzanti 2003) — e offrendo al sognatore *le risposte ai suoi problemi*:

- (269) *Il sogno si esprime mediante un linguaggio, la cui caratteristica fondamentale è di essere costituito prevalentemente per immagini*. (N. Lalli)



- (270) *I sogni [...] ci offrono risposte ai nostri problemi, qualcosa che la mente conscia non riesce a risolvere, e in questo modo si trasformano in maestri spirituali.* (T21S)

Nell'esempio precedente il sogno come persona che ci aiuta a risolvere i nostri problemi viene chiamato *maestro spirituale*. Però questo non è l'unico incarico di responsabilità che può essere assunto dal sogno, che appare anche come il *custode* o il *guardiano del sonno*, può essere il *programmatore di una parte della nostra personalità* o svolgere funzione di *mediatore*:

- (271) *I sogni sono i guardiani del sonno.* (Pblog/2009/07/Ids)  
 (272) *Il sogno, secondo questa ipotesi, è custode e programmatore periodico della componente ereditaria della nostra personalità.* (S. Rodighiero)  
 (273) *Il sogno è il mediatore fra il possibile vissuto e il possibile invisibile.* (GAB1612S)

Il lavoro del sogno consiste anche di altre responsabilità:

- (274) *Il primo lavoro del sogno consiste nello smascherare, togliere la maschera sociale che cela la personalità autentica.* (GAB1612S)  
 (275) [...] *il lavoro del sogno "è un'attività immaginativa, un lavoro d'immaginazione, simile a quello che fanno pittori e scrittori"* (Hillman). (LDPPD)

L'esempio più evidente della personificazione del sogno è *dio di sogni* — *Morfeo*. Anche in questa occasione possiamo osservare il legame tra il sogno e il sonno, visto che nella mitologia greca Morfeo era il figlio di Hypnos, mentre l'espressione *cadere tra le braccia di Morfeo* viene usata in riferimento a una persona che vinta dalla stanchezza si addormenta profondamente (cfr. [www.proverbi-italiani.com](http://www.proverbi-italiani.com)). Anche nelle espressioni simili presentate sotto, il fatto di addormentarsi è altrettanto o perfino più importante di sognare nonostante il richiamo al dio di sogno:

- (276) [...] *come ridurre lo stress per arrivare comunque all'appuntamento con Morfeo stanchi, ma rilassati [...]* (AlbSaluteSonno)  
 (277) *Buon giorno a tutte voi che beatee siete tra le braccia di morfeo [...]* (AdmC)

Sebbene il sogno di solito si manifesti come una *persona benevola*, a volte le sue relazioni con il sognatore si fondano sulla forza fisica:

- (278) *Questa tecnica [...] non solo consente di far diminuire l'impatto emotivo dei sogni ansiosi, ma anche di diminuirne il numero [...]* (SrRns)

(279) *È utile sviluppare l'immagine di un sogno che ci ha colpito [...]* (Melotti, 2006: 104)

(280) *Povero uomo il sogno lo perseguita tutte le notti [...]*. (Fiorani)

In questi rari casi il sogno assomiglia più a un *avversario* che a un *maestro* o *consigliere* del sognatore, il quale essendo *colpito* o *perseguitato* dal sogno svolge il ruolo di Proto-Paziente.

A questo punto vogliamo sottolineare che analogamente alla concettualizzazione del sogno come *spazio*, gli esempi indicanti il sogno come *avversario* sono molto più rari di quelli che lo descrivono come una *persona con qualità positive*.

Oltre alle abilità di ragionare, di usare la lingua per comunicare, oltre al suo ruolo sociale manifestato attraverso il lavoro, il sogno assume la struttura di una *persona*, o in alcuni casi più generalmente di un *essere vivente*, anche a livello biologico. I sogni *nascono*, *popolano* un territorio, sono legati con le *relazioni di parentela*, possiedono la *voce* e le *braccia*:

(281) *I sogni [...] Possono quindi indipendentemente nascere dal mondo degli istinti e dei sentimenti [...]* (T21S)

(282) *E i sogni, da quattromila anni, popolano la nostra esistenza.* (Melotti, 2006: 107)

(283) *Sogni: figli di un cervello ozioso [...]* (N. Lalli)

(284) *Imparando ad ascoltare la voce del sogno [...] è possibile raggiungere un'autocoscienza.* (T21S)

(285) *[...] voglio morire tra le braccia del sogno o meglio adesso tra le tue braccia sogno potrei anche morire [...]* (P/2007/04/17/S)

A volte i sogni appaiono non come una *persona* intera, ma solo come una *parte del corpo*:

(286) *Il sogno è un "occhio interiore" che osserva il nostro più intimo centro psichico [...]* (Sansolini)

(287) *Il sogno è [...] il ventre materno nel quale ogni notte ci immergiamo [...]* (SansP/2008/06/26)

Anche nella concettualizzazione del sogno come *essere umano* o *essere vivente*, ritroviamo elementi della loro struttura "prenotati" al sogno definito come *desiderio* o *aspirazione*. Sebbene il sogno in tutti i suoi significati possa *nascere*, la fine del sogno viene presentata come la sua *morte* solo in riferimento ai sogni-*desideri* e non appare nella concettualizzazione dello stato di sogno.

### 3.7.2. Il sogno come *pianta*

Tra gli organismi usati per la descrizione del concetto di *sogno* sono anche le *pian*te. La proiezione della loro struttura sul *sogno* è notevole, anche se gli esempi che la rappresentano non sono troppo numerosi. Da quei pochi che abbiamo trovato nei testi analizzati spunta una visione del *sogno* concepito come una *pianta* *seminata* e *coltivata* dall'uomo, la quale possiede le *radici* e può *fiorire*:

- (288) *Anche noi possiamo **seminare** un sogno.* (NPO/27/07/2008)
- (289) *I dormienti venivano incoraggiati a **coltivare** i sogni [...]* (Parker, 1996: 12)
- (290) *Vi sono tre tipi di sogno, distinti l'uno dall'altro in base al **terreno** inconscio **da cui prendono origine**: per cui, prima di considerarli, consideriamo i terreni sui quali **fioriscono**.* (OOM)
- (291) *Il sogno mette le sue **radici** sulla dimensione astratta dell'esistenza [...]* (NCC)

Il *sogno* come *pianta* assume il ruolo di Proto-Paziente quando viene *seminato* o *coltivato* dallo sperimentatore nel ruolo di Proto-Agente. Intanto è Proto-Agente quando *fiorisce* o *mette le radici*.

Pure in questa concettualizzazione ci sono degli elementi come *germogliare* o avere il *frutto* che appaiono solo negli altri significati del *sogno*. Anche l'atto di coltivazione da parte del possessore del *sogno* è molto più comune in riferimento al *sogno-desiderio*.

Sebbene il *sogno*, nel significato che ci interessa, appare come una *pianta* senza frutti, a volte il *sogno* stesso viene presentato come il *frutto* della pianta della nostra mente:

- (292) *I sogni sono **frutti** del nostro inconscio è impossibile controllarli.* (Yahoo/2008/10/09)

Come nella maggioranza delle concettualizzazioni del *sogno* analizzate, la visione del *sogno* sia come *frutto* che come intera *pianta* si riferisce all'effetto di sognare. La situazione è più variegata nel capitolo seguente, dove il *sogno* appare sia come attività sia come effetto di sognare.

### 3.8. Il sogno come oggetto di studio

Il sogno come **oggetto di studio** appare soprattutto nei testi scientifici e divulgativi. A seconda del ramo della scienza di cui trattano gli articoli, come *oggetto studiato* appare uno dei due aspetti di *sogno*. L'attività di *sognare* viene messa in rilievo soprattutto dalle ricerche neuroscientifiche:

- (293) *Dagli studi sul sogno è emerso che esso è strettamente correlato alla respirazione [...].* (SBT)
- (294) *La neurofisiologia moderna ha indagato a fondo sia il sogno che il sonno profondo per riuscire a capire quali conoscenze, quali rapporti possono avere questi stati di coscienza così sconosciuti con lo stato di veglia, per noi così importante.* (AHS)

Al contrario, nei testi dedicati alla psicoanalisi, all'esame viene sottoposto il contenuto del sogno:

- (295) *A un attento studioso della vita onirica questo carattere simbolico non può passare inosservato.* (GAB1612S)
- (296) [...] **analizzare il sogno** è indispensabile per conoscersi (come risaputo nella psicoanalisi), ma si può arrivare a fare molto di più. (SBT)

Siccome ci sono campi in cui le ricerche delle due scienze si sovrappongono, anche in questa concettualizzazione ritroviamo gli esempi in cui i due aspetti di *sogno* si uniscono:

- (297) *Mauro Mancia, neurofisiologo e psicoanalista didatta, ha riaperto il dibattito sul sogno confrontando le scoperte recenti delle neuroscienze [...] con il ruolo della psicoanalisi.* (L. Baldari, 2001)
- (298) *Per procedere nello studio scientifico del sogno e dei suoi contenuti non c'è altro modo che raccogliere quanto i soggetti ricordano e descrivono quando sono svegli o quando vengono svegliati in corrispondenza delle diverse fasi di sonno.* (Treccani Enciclopedia – sogno)

Il sogno essendo *indagato, analizzato, studiato*, svolge il ruolo di Proto-Paziente, invece il sognatore non è nominato, reso dagli studiosi che appaiono come Proto-Agenti.

All'inizio dello studio sul sogno abbiamo individuato due caratteristiche del sogno che sorgono dalle sue definizioni: il **valore positivo** e la sua **opposizione alla realtà**. Nei capitoli successivi cercheremo di riassumere i risultati della nostra analisi in riferimento a questi due punti.

### 3.9. Il *valore positivo* nel concetto di *sogno*

Come prova della valutazione positiva del *sogno* abbiamo indicato l'orientamento in cui si è sviluppato il concetto e l'aumento d'importanza del valore positivo come tratto caratteristico dei nuovi significati.

Nondimeno, basandosi sull'analisi da noi svolta (in cui accanto a un grande numero di esempi in cui il *sogno* si manifesta come concetto positivo, sono stati anche riscontrati dei casi in cui la sua valutazione è negativa o neutra), abbiamo notato che la valutazione positiva del *sogno*, pur essendo una delle sue caratteristiche prototipiche, non è una sua invariante semantica o, riferendosi alla terminologia della categorizzazione aristotelica, non è un tratto necessario.

Secondo noi, il motivo più frequente per cui il valore positivo del *sogno*, così spesso accentuato nella sua concettualizzazione, a volte viene sostituito dalla valutazione negativa è un rapporto complesso esistente tra il *sogno* e la nozione di *incubo*, la quale alla sua nascita indicava una "creatura fantastica e malvagia che, secondo un'antica tradizione romana, posandosi sopra il petto del dormiente ne turbava il sonno" (Garzanti 2003). Contemporaneamente, oltre ad essere un antonimo dei vari significati del *sogno*, l'*incubo* viene definito come *sogno angoscioso* (Garzanti 2003), cioè appare come un tipo specifico di *sogno* e come tale fornisce il valore negativo al suo iperonimo.

Abbiamo potuto osservare questa situazione negli esempi in cui il *sogno* si manifesta come un luogo *opprimente*, dal quale è difficile uscire con le proprie forze. La connotazione negativa non sempre appare quando il *sogno* assomiglia all'*avversario*. Avviene così perché l'impatto del *sogno*, nonostante la forza esercitata sullo sperimentatore, può essere valutato come positivo:

(299) [...] stanotte ho fatto un sogno, **un sogno bello**, nostalgico, altamente improbabile. Un vero e proprio sogno. **Mi ha colpito così tanto** che è dalle 5 di questa mattina che piango se ci ripenso. (PA/2006/09)

Allora nonostante il suo ruolo apparentemente negativo il *sogno* non è immedesimato con un incubo, neanche quando provoca reazioni che possono sembrare indizi di dispiacere come un pianto.

### 3.10. Il sogno e la realtà

Oltre alla definizione tratta dal *Dizionario della lingua italiana* (De Mauro Paravia on-line) in cui il *sogno* viene definito come *stato illusorio idealmente contrapposto alla realtà*, durante l'analisi dei testi abbiamo osservato altri tipi di relazioni esistenti tra i due concetti.

Una di loro è stata notata in occasione della concettualizzazione del *sogno* come un territorio confinante con la *realtà*. In questo caso, al contrario della visione presentata dalla definizione, viene sottolineata l'affinità del *sogno* alla *realtà* e non le differenze esistenti tra i due concetti. Lo conferma anche il fatto che i confini esistenti tra di loro vengono descritti come *labili* (200) o *sfumati* (199).

Un approccio simile si manifesta quando il *sogno* appare come uno *specchio* della *realtà*:

(300) Altri sogni potrebbero *rispecchiare la nostra realtà* [...]. (Alboscuole.it)

(301) Il sogno è ambiguo, *specchio della realtà* o *specchio distorto della realtà*, proprio come il teatro. (V. Continelli)

Dobbiamo però osservare che, sebbene anche in questa visione vengano profilate le somiglianze tra i due concetti, il *sogno* non è pari alla *realtà* come nel caso in cui è stato presentato come un *territorio*. Quando il *sogno* appare come *specchio* della *realtà* non è un mondo autonomo, ma dipende dall'immagine che sta rispecchiando, non potrebbe contenere niente che non esista nella *realtà* di veglia. Siccome molti *sogni* non si sottopongono a questa restrizione, si possono trovare degli esempi che contrastano con la suddetta concettualizzazione:

(302) Il bello dei sogni è che sono sogni: *se fossero lo specchio della realtà non sarebbero sogni* [...] (ABlogC)

(303) Ciò che accade nel sogno *non è lo specchio della realtà* a volte significa il contrario. (Yahoo/2008/10/24)

Così l'ultimo esempio citato è conforme alla definizione del *sogno* data dal dizionario di Tullio De Mauro.

### 3.11. Il riassunto dell'analisi del *sogno*

Vista la varietà delle concettualizzazioni del *sogno* e il fatto che le relazioni esistenti tra di esse sono spesso molto complesse, non è possibile presentarle tutte in un elenco strutturato. Tuttavia in questo capitolo vogliamo solo riassumere le più importanti visioni del concetto che sono apparse durante la nostra analisi. Intanto, cercheremo di presentare i legami tra le varie concettualizzazioni attraverso un modello più complesso nelle conclusioni del nostro lavoro.

Le concettualizzazioni del *sogno* da noi individuate sono:

1. **Sonno** (sonno paradossale, una fase di sonno).
2. **Comunicazione**:
  - a) *atto comunicativo* (sogno fornisce informazioni, reca un messaggio):
    - *codice* (scrittura ideografica, linguaggio),
    - *canale* (mezzo per entrare in contatto; sogno porta a contatto),
    - *messaggio* (destinato / diretto al sognatore; interpretare sogno),
    - *emittente* (sogno racconta, dice, parla, indica soluzioni, si esprime, offre risposte),
  - b) *film* (attori, personaggi, ruoli, scenario, trama, schermo, fotogrammi, riprese, montaggio, tagli, spettatore, regista, scenografo),
  - c) *spettacolo* (teatro, palcoscenico, dramma, atti, attori, parti, spettatore, regista, scenografo),
  - d) *quadro* (sogno dipinto, tinte di sogno, ritratto),
  - e) *libro* (letto, sfogliato; testo, illustrazioni; autore; lettura).
- 3) **Luogo**:
  - a) *contenitore* (sogno contiene):
    - *casa / stanza* (entrare in sogno; uscire da sogno),
    - *cofano* (sogno racchiude cose desiderate),
    - *luogo opprimente* (tirarsi fuori da sogno; essere imprigionato in sogno; gabbia),
  - b) *territorio* (sogno occupa un certo spazio; ha confini sfumati; esplorare sogno):
    - *di confine* (territorio di frontiera, terra di confine; sogno si inserisce tra),
    - *mondo, universo*.
4. **Organismo vivo** (nasce, popola):
  - a) *persona*:
    - *che lavora* (sogno custode / guardiano, programmatore, mediatore, artista),
    - *che pensa e parla* (cfr. emittente)\*,
    - *nemica* (sogno colpisce, perseguita),

- *divina* (Morfeo),
- b) *pianta* (sogno seminato, coltivato; con radici, fiori):
  - *frutto*,
- c) *corpo*:
  - *occhio*,
  - *ventre*.
- 5. **Viaggio** (viandante, guida, sogno fa scoprire, andare errando):
  - a) *passaggio* (attraverso, da — verso / a qc.):
    - *via* (via d'accesso; sentiero a / verso qc.),
    - *porta* (porta d'ingresso / per entrare / che si apre),
    - *finestra*,
  - b) *mezzo di trasporto* (sogno porta / trasporta in, supera le barriere; mezzo per passare da — a / ritornare a / arrivare a).
- 6. **Cosa concreta**:
  - a) *oggetto prodotto* (fare / produrre / generare sogno),
  - b) *cosa desiderata* (dono; avere assolutamente bisogno di sogno; compensare la deprivazione):
    - *denaro* (sogno arricchisce, ricco di sogno; importante nell'economia),
    - *cibo* (razioni),
  - c) *specchio della realtà* (specchio, immagine; rispecchiare).
- 7. **Liquido** (immergersi, sprofondare in sogno):
  - a) *fiume* (sogno scaturisce / sorge, corre, ha fonte),
  - b) *fonte* (in sogno si abbevera).
- 8. **Disciplina scientifica** (studi su sogno / studio scientifico di sogno; indagare / analizzare sogno, studioso, dibattito su sogno; scoperte).

Paragonando gli elenchi che concludono le analisi del *sonno* e del *sogno* possiamo osservare che, nonostante lo stesso numero delle concettualizzazioni generali, il *sogno* appare come un concetto più complesso del *sonno*.

Nei capitoli precedenti abbiamo presentato le visioni dei due stati di coscienza alterata sperimentati da tutti. La parte successiva della nostra ricerca sarà dedicata alla concettualizzazione di uno stato non tanto frequente — alla *meditazione*.





## 4. La concettualizzazione della *meditazione*

### 4.1. Le definizioni della *meditazione* e le caratteristiche del concetto

I dizionari presentano *meditazione* come una nozione polisemica proponendone, di solito, tre definizioni principali.

Come primo significato della parola, i vocabolari come *Il Dizionario d'Italiano* (Garzanti 2003) o *Vocabolario on line* (Treccani 2008) indicano l'azione o/e l'effetto del meditare rinviando così alla definizione del verbo, secondo la quale *meditare* è "fermare a lungo e con intensa concentrazione spirituale la mente sopra un oggetto del pensiero, considerare profondamente un problema, un argomento, soprattutto di natura religiosa, morale, filosofica, scientifica, allo scopo di intenderne l'essenza, indagarne la natura, o trarne sviluppi, conseguenze ecc." (Treccani 2008). Anche le definizioni più elaborate della meditazione stessa, come: "riflessione profonda, concentrazione intensa rivolta ad argomenti spec. che rivestono notevole importanza e suscitano vivo interesse" (De Mauro Paravia on-line) o "profonda riflessione della mente intesa a ricercare la verità, le ragioni, il senso e gli aspetti di q.c." (Zingarelli 1998), sottolineano l'importanza della **riflessione profonda** e della **concentrazione intensa** nel processo di meditare.

Le definizioni del secondo significato, come quella proposta da Tullio De Mauro: "esercizio ascetico durante il quale il credente, dopo un'adeguata preparazione che favorisce il raccoglimento interiore, volge la mente a Dio, alle verità da lui rivelate, ai suoi precetti ecc.", o la più dettagliata, trovata nel *Vocabolario on line* (Treccani 2008) che descrive la meditazione come "pratica ascetica per cui il credente si raccoglie in sé stesso e, riflettendo sulle verità di fede, rende più intensa la propria vita spirituale (con il fine, nel cristianesimo, di giungere, attraverso il perfezionamento morale, a una più intima unione con Dio, e nelle religioni orientali con quello, soprattutto, di giungere al pieno controllo della propria personalità in relazione con la realtà cosmica)", evidenziano invece il ruolo della fede

e delle **pratiche ascetiche** identificando quelle ultime con la meditazione stessa.

Nel terzo significato il lessema *meditazione* è usato al plurale e viene definito o come “discorso o scritto religioso o filosofico che intende suscitare riflessione su un determinato argomento” (Garzanti 2003) o come “scritto, specialmente filosofico o religioso, usato come guida per la meditazione ascetica” (De Mauro Paravia on-line). Come possiamo osservare, è un’estensione metonimica del primo — nel caso della definizione in Garzanti — o — conformemente a quella data da De Mauro — del secondo significato. In ogni caso è un mezzo teorico che serve per arrivare alla *meditazione* e non la *meditazione* stessa, perciò non ci occuperemo di questo significato.

Cercando la definizione della meditazione, oltre a consultare i dizionari, abbiamo anche esplorato l’ambito della psicologia e soprattutto della psicologia transpersonale — un ramo della psicologia particolarmente interessato ai “valori ultimi, coscienza unitaria, esperienza culmine, estasi, esperienza mistica, timore, essere, realizzazione di sé, essenza, beatitudine, meraviglia, significato ultimo, trascendenza del sé, spirito, unità, coscienza cosmica e concetti, esperienze e attività correlate” (Sutich, 1969).

Leggendo *La forza della meditazione* di Daniel Goleman, abbiamo notato che con il nome di *meditazione* viene chiamata sia *la concentrazione profonda su un oggetto* nominata *jhana* in pali o *samadhi* in sanscrito (cfr. Goleman, 2006: 29–34, 201–202), sia la consapevolezza (*satipatthana*) in cui “il meditante si confronta sistematicamente con i nudi fatti della sua esperienza, osservando ogni evento come se gli capitasse per la prima volta, e fa questo grazie all’attenzione continua alla prima fase della percezione, quando la sua mente è ricettiva piuttosto che reattiva” (Goleman, 2006: 36–37). Invece negli articoli di psicologi transpersonali come Adamaria Bonatti Gallego (2001), o Antonio Miscia (2008) abbiamo incontrato le nozioni di *meditazione riflessiva* — corrispondente alla prima definizione lessicale e alle tappe iniziali di *jhana* — e di *meditazione ricettiva*, il cui obiettivo è arrivare alla *consapevolezza senza pensieri* (Miscia, 2008), caratteristica per gli stati di coscienza raggiunti con i livelli più profondi di *jhana* o di *satipatthana*.

Siccome *la meditazione* viene utilizzata nella psicoterapia, è uno strumento efficace nella lotta contro lo stress, l’ipertensione e altre malattie (cfr. Shapiro, Walsh, 1984), è presente nelle varie culture, religioni, tradizioni dell’Oriente e dell’Occidente — tra cui bhakti induista, cabala ebraica, esicasmismo cristiano, sufismo musulmano, meditazione trascendentale, diversi rami di yoga, tantra indiano, buddhismo tibetano ecc. — potremmo riportare tante altre definizioni di questo fenomeno presentanti la meditazione in maniere diverse. Però, lo scopo della nostra tesi non è riferire tutto il nostro sapere sui diversi rami della meditazione, ma esporre come il concetto viene rappresentato nella lingua italiana. Perciò, per delimitare il campo

del nostro studio, ponendo fuori dell'interesse le differenze nelle descrizioni dettagliate, dipendenti dalle diverse origini o correnti della *meditazione*, abbiamo cercato di stabilire quale di questi due fenomeni apparentemente distinti: le tecniche o lo stato meditativo viene presentato nella lingua sotto il nome della *meditazione*.

#### 4.2. Le tecniche meditative e lo stato meditativo nel concetto di *meditazione*

Anche se nel corpus analizzato, composto di articoli trovati su Internet dedicati alla meditazione e alle pratiche meditative, viene sottolineato frequentemente che le tecniche come tali non sono la meditazione vera e propria, dall'analisi d'uso del lessema *meditazione*, risulta che le tecniche meditative sono nominate *meditazione* tanto spesso quanto lo stato meditativo. Perciò non di rado possiamo imbatterci in dichiarazioni contraddittorie:

- (304) *La meditazione è solo una tecnica.* (EM)
- (305) *Le tecniche non sono la meditazione.* (MMPeP)
- (306) [...] contributo per **quanti praticano**, o vogliono iniziare a **praticare**, **la meditazione**. (EM)
- (307) *La meditazione **non è un esercizio**, qualcosa che possa esser **praticato** [...]* (MMMb)

Nei casi sopraccitati gli esempi (304) e (306) riguardano le *tecniche di meditazione*, mentre (305) e (307) — lo *stato meditativo*. Siccome definire la *meditazione* come solo una tecnica sarebbe una visione molto riduttiva del concetto, mentre la separazione dello stato meditativo dalle pratiche usate per favorire la sua apparizione sembra molto difficile, se non impossibile, riteniamo necessario trattare le tecniche e lo stato meditativo come due parti integranti del concetto di *meditazione*.

Come abbiamo già presentato, sia lo stato, sia le tecniche meditative possono essere espressi attraverso il lessema *meditazione*. Quando, però, occorre sottolineare una delle parti del concetto la preparazione allo stato meditativo frequentemente viene denominata come *esercizio, tecnica, pratica meditativa*:

- (308) *Le **tecniche di meditazione** sono artifici per ricondurre l'attenzione a se stessi ed al momento presente.* (MMT)

- (309) *Durante il corso della **pratica meditativa** potrebbero nascere dei dubbi.* (MMMa)
- (310) *Chi mangia molto, [...] incontrerà notevoli difficoltà nell'eseguire i propri **esercizi di meditazione**.* (MMMa)

Invece nel caso in cui le tecniche meditative sono chiamate *meditazione*, lo stato meditativo viene paragonato ad un altro stato, oppure descritto attraverso le sensazioni che porta agli sperimentatori:

- (311) *La meditazione è solo una tecnica per raggiungere lo **stato dell'estasi**, lo **stato di ebbrezza divina**.* (EM)
- (312) *La meditazione è una tecnica che permette di realizzare **una distensione ben più profonda del sonno**, ma in una condizione d'**ineccepibile veglia**.* (MF1)

Un altro motivo, forse più importante, per cui lo stato meditativo viene paragonato ad altri stati, è il fatto che l'esperienza vissuta durante la *meditazione* è difficile da descrivere a chi non l'ha sperimentata. Perciò, per dare una vaga immagine di essa, i meditatori la comparano agli stati vissuti dalla maggioranza della comunità linguistica, come lo *stato ipnagogico*, il *rilassamento*, il *sonno* o/e la *veglia*:

- (313) *Avevo l'impressione di essere entrata nello **stato che precede l'addormentarsi**.* (GLM)
- (314) *[...] sono entrato in uno **stato di rilassamento profondo**, molto vicino al **sonno**.* (GLM)
- (315) *La meditazione implica una mente silenziosa come nel **sonno profondo**, ma all'erta e consapevole come nel pensiero dello **stato di veglia**.* (MMOs)

Si potrebbe constatare che per la stessa ragione la *meditazione* viene rappresentata attraverso diverse metafore, se non il fatto che anche la concettualizzazione degli stati di coscienza come *sonno* o *sogno*, sperimentati da tutta la popolazione, è in gran parte metaforica. Però, ricordando che, secondo i cognitivisti, il ruolo della metafora è far comprendere ed esprimere i concetti difficili attraverso le categorie dei concetti più concreti o conosciuti meglio (perfino la vista, che potrebbe sembrare così basilare per la nostra esperienza, può essere espressa attraverso la metafora primaria VEDERE È TOCCARE), non è difficile trovare esperienze che sarebbero più semplici concettualmente degli stati di coscienza alterata, pure quelli sperimentati da tutti.

### 4.3. Il movimento e lo spazio nel concetto di *meditazione*

La maggior parte dei modelli concettuali rappresentanti la *meditazione* si basa sugli schemi d'immagini cinestetiche come: SU — GIÙ, FUORI — DENTRO, DAVANTI — DIETRO e soprattutto: ORIGINE — PERCORSO — META.

Analizzando il concetto di *meditazione*, abbiamo notato che il più spesso viene descritto attraverso diversi termini legati al *viaggio*.

#### 4.3.1. La *meditazione* e la metafora del *viaggio*

Ricordando che con il nome di *meditazione* vengono chiamate sia le tecniche praticate per raggiungere lo stato meditativo, sia lo stato stesso, abbiamo pensato che ognuno di loro sia raffigurato da un'altra parte del concetto di *viaggio*. Però, esaminando i testi, abbiamo notato che tutti e due vengono rappresentati dagli stessi elementi della sua struttura.

Come *percorso* (*via*, *sentiero*), la *meditazione* è diversa per ogni viaggiatore che lo segue:

- (316) *Ma qual è questa via? I veri maestri spirituali non tentano mai d'imporre la propria strada o visione agli altri. La via non è immutabile, né tanto meno codificabile.* (MF5)
- (317) *Taluni dovranno percorrere un lungo sentiero, per altri sarà breve o persino irrilevante.* (MF5)

Per questa ragione, la *meditazione* rimane un *sentiero* ignoto per lo sperimentatore, il quale *esplorandolo* corre il rischio di smarrirsi:

- (318) *La meditazione è un sentiero da esplorare con il proprio Sé.* (EM)
- (319) *Ho sentito spesso ripetere con gran convinzione che per non essere fuorviati dalle pratiche di consapevolezza bisognerebbe essere dei rinuncianti.* (MMQO)

Nonostante ciò vale la pena seguire il *percorso*, visto che questo conduce a un fine valutato come positivo:

- (320) *La meditazione è la strada che ti porta a quella conoscenza.* (IOSC)
- (321) *La Meditazione è la strada reale verso il raggiungimento della libertà.* (JLF)

- (322) *La Meditazione è la strada che conduce **all'incontro con la parte più profonda di se stessi: l'Essenza.*** (MMMa)

Quando la *meditazione* viene raffigurata come *percorso* rappresenta la parte centrale dello schema ORIGINE — PERCORSO — META. Nello stesso tempo può essere profilata anche la sua parte finale, come negli esempi presentati sopra, dove le preposizioni *verso*, *a*, mettono in rilievo la meta (finalità) del percorso.

Nella *meditazione* rappresentata come *percorso*, lo sperimentatore *esplorando* o *percorrendo* il sentiero, possiede tutte le caratteristiche di Proto-Agente. Quando però viene *portato* o *condotto* dalla strada, subisce l'evento come Proto-Paziente.

La meditazione, basandosi sullo schema di ORIGINE — PERCORSO — META, può manifestarsi anche, in una maniera più dinamica e complessa, come *viaggio*:

- (323) *La Meditazione è un **viaggio** che va dalle nostre percezioni limitate a quelle illimitate.* (MgM)

In questo caso, contrariamente alla visione precedente, possiamo trovare degli esempi in cui viene messa in rilievo la sua parte iniziale — il punto di partenza:

- (324) *Qual è **il primo passo** da fare per poter **intraprendere un percorso** spirituale e meditativo efficace?* (MF6)

Intanto a volte manca la parte finale e allora la *meditazione* appare come un *viaggio* senza fine:

- (325) *La meditazione [...], l'attenzione focalizzata in una determinata direzione, la consapevolezza, sono **un viaggio senza fine.*** (MMQO)

Nell'esempio seguente le tecniche meditative rendono possibile raggiungere lo stato meditativo, il quale si manifesta come la *meta* (finalità) di una delle tappe del *viaggio*:

- (326) *La meditazione trascendentale si basa principalmente sulla ripetizione per alcuni minuti, due volte al giorno, di un mantra allo scopo di **raggiungere uno stato di "consapevolezza senza oggetto" o "senza pensieri"**. [...] Per chi vuole **procedere oltre**, esiste la possibilità di **seguire un programma superiore, che mira al raggiungimento dello stato di illuminazione e di auto-realizzazione.*** (WMMY)

Il *viaggio della meditazione* può essere fatto da soli o in compagnia:

- (327) *Forse l'indicazione migliore è che ciascuno dovrebbe trovare una propria via.* (MF6)  
 (328) *Vorrei iniziare a meditare ma... non so da dove, non so con chi.* (MMPeP)

Anche se di solito la *meditazione* porta agli scopi desiderati e durante il *viaggio* si possono vivere delle esperienze piacevoli (329), è anche possibile incontrare dei problemi e sentire dispiaceri (330):

- (329) [...] *le sensazioni di pace interiore, silenzio, che s'incontrano durante la meditazione.* (MMT)  
 (330) *Anch'io, come tutti i miei compagni di meditazione, oscillo tra stati di benessere e malessere, crisi e lisi, dolore e piacere.* (GLM)

Negli esempi in cui il meditatore *intraprende* o *inizia* il *viaggio*, *raggiunge* alcune sue tappe, *segue* il suo programma o *trova* la strada svolge il ruolo di Proto-Agente. Invece, nell'esempio (330) il meditatore *oscillante* appare come Proto-Paziente.

A volte nella metafora del *viaggio* la *meditazione* non è il *viaggio* stesso, ma solo un *mezzo* con l'aiuto del quale la macchina della nostra mente è portata sulla strada giusta:

- (331) *Le tecniche di meditazione sono artifici per ricondurre l'attenzione a se stessi ed al momento presente.* (MMT)

È il mezzo che ci facilita oltrepassare gli ostacoli e arrivare alla meta:

- (332) [...] *meditazione come metodo che aiuta a superare i propri attuali condizionamenti e arrivare alla meta.* (MMQO)  
 (333) *La meditazione è un mezzo per arrivare alla consapevolezza delle sensazioni.* (MF2)

In questi casi la *meditazione* svolge il ruolo di Proto-Agente *ric conducendo* o *aiutando* lo sperimentatore, il quale, da parte sua, possiede tutte le qualità di Proto-Agente quando *supera* gli ostacoli e *arriva* alla meta.

La metafora strutturale del *viaggio* con tutte le sue caratteristiche, si presenta nell'esempio seguente:

- (334) *I percorsi utili per raggiungere la Via sono pressoché innumerevoli. Ciascuno conduce comunque al sentiero finale. La vera differenza non sta nei percorsi, ma in coloro che li seguono, i pellegrini del viaggio interiore.* (MMPeP)



In questo frammento le *tecniche di meditazione* sono presentate come i *percorsi* che conducono allo *stato meditativo*, che è allo stesso momento il loro *fine* e *l'ultima tappa della via*, mentre i *meditatori* sono i *pellegrini* che la percorrono.

A questa visione può essere aggiunto un altro elemento: i *pensieri*, che come *trappole* ostacolano il *viaggio*:

(335) *Cosa possiamo fare se i pensieri interrompono la meditazione?* (Srcm)

(336) *La meditazione è un viaggio tu sei la meta e i pensieri gli ostacoli.*  
(Yahoo/2007/11/19)

#### 4.3.2. La meditazione come spazio e la metafora del contenitore

La *meditazione*, oltre ad essere il *percorso*, il *veicolo* o il *viaggio*, è rappresentata anche come un *territorio* o un *punto nello spazio*.

La base di questa metafora, come nei casi precedenti è lo schema ORIGINE — PERCORSO — META. Nelle espressioni metaforiche degli esempi (337), (338) vengono profilati vari elementi del suddetto schema.

Così, viene profilata l'*origine* quando la *meditazione* appare come il *punto* dal quale *inizia* il percorso:

(337) *Ma tutto parte dalla meditazione!* (Yahoo/2008/04/12)

(338) [...] *lo zen è una via esperienziale parte dalla meditazione e si inoltra nella nostra vita quotidiana.* (FZF)

Viene accentuata la meta quando la *meditazione* è un *luogo* a cui il viaggiatore nel ruolo di Proto-Agente *si avvicina* e soprattutto quando lo sperimentatore, svolgendo lo stesso ruolo, *raggiunge* la *meditazione*:

(339) *Vorrei sottolineare l'aspetto gioioso, brioso, spensierato, festoso, con cui ci si dovrebbe avvicinare al pianeta meditazione.* (MMPaP)

(340) [...] *i primi passi verso la meditazione consistono nella comprensione* [...] (MMPeP)

(341) *L'attenzione sulla respirazione [...] è uno dei metodi più diffusi e noti per raggiungere sollecitamente lo stato meditativo.* (MF1)

La prima parte dello schema ORIGINE — PERCORSO — META viene richiamata nel momento di passaggio dalla *meditazione* alla *veglia*. Allora lo sperimentatore spesso appare come Proto-Paziente essendo *distratto* o *distolto* dallo *stato meditativo*:

- (342) *E osservava svogliatamente la scena, nuovamente **distolto** dalla meditazione tanto ricercata...* (Riff)
- (343) *Kama invece è incenerito da Shiva col suo terzo occhio perché lo ha **distratto dalla meditazione**.* (Mblog/2008/09/27)

Quando lo sperimentatore si muove all'indietro, allontanandosi dalla meditazione, raramente svolge il ruolo di Proto-Agente. Ne abbiamo trovato solo un esempio in cui il verbo *tornare* suggerirebbe il controllo del meditatore sul cambiamento dello stato. Nell'esempio (344) il passaggio accade contro la volontà dello sperimentatore, il che viene segnalato con la dichiarazione "non avrei voluto risvegliarmi":

- (344) [...] *non avrei voluto risvegliarmi, cioè **tornare indietro dallo stato meditativo**.* (GLM)

La persona è invece Proto-Agente quando *torna* alla *meditazione*, la quale in questa situazione è nello stesso tempo **il punto di partenza e di arrivo**:

- (345) *Dopo alcuni passi [...] si può **tornare alla meditazione** e trovarla assai più agevole di prima.* (FLC)
- (346) *Il viaggio parte dalla meditazione, si dispiega nell'azione e **ritorna alla meditazione** [...]* (Yahoo/2006/10/10)

Non dobbiamo dimenticare che nonostante quel doppio ruolo della *meditazione* suggerito dal verbo *tornare*, il contesto sottolinea il suo aspetto di *finalità*.

Negli esempi sopracitati la *meditazione* si manifesta come un *luogo non delimitato*, però in altrettanti casi è concepita come *uno spazio chiuso*. Allora la base della metafora è fornita dallo schema di CONTENITORE. Quando la meditazione viene raffigurata come un luogo chiuso, nei momenti del passaggio da uno stato all'altro, possiamo osservare la sovrapposizione sullo schema di CONTENITORE dello schema ORIGINE — PERCORSO — META.

Quando il passaggio avviene dalla veglia allo stato meditativo la *meditazione* appare come la *finalità*. Allora, il più spesso lo sperimentatore nel ruolo di Proto-Agente *entra* o *va* in *meditazione*:

- (347) *È nota la difficoltà di molte persone ad **entrare nello stato meditativo** [...].* (MaPM)
- (348) *Potevo vedere chiaramente chi riusciva ad **andare in meditazione** profonda.* (KForumP)

Negli esempi sopraccitati il moto dello sperimentatore si fa in avanti, non di rado però lo sperimentatore passando allo stato meditativo, si muove all'indietro *ritirandosi in meditazione*:

- (349) *Siddhartha abbandonò i lussi all'età di ventidue anni per ritirarsi in meditazione e raggiungere il risveglio.* (WPB)  
 (350) *Profondamente colpito si ritira in meditazione e diventa asceta [...]* (Fblog/2008/11/A)

Indipendente dalla direzione del moto, lo sperimentatore *entrando, andando o ritirandosi* in meditazione svolge il ruolo di Proto-Agente. Abbiamo però anche incontrato dei casi, pur sempre rari, in cui il passaggio alla meditazione è causato da un fattore esteriore. Allora lo sperimentatore *indotto* alla meditazione compie il ruolo di Proto-Paziente:

- (351) [...] *un silenzio quasi irreale sembra indurre alla meditazione.* (GA)  
 (352) *Quando la vita mi mise di fronte al fatto compiuto, a mio figlio, fui indotto alla meditazione.* (EFC)

Anche passando alla veglia, lo sperimentatore come Proto-Agente causa e controlla il cambiamento dello stato *uscendo dalla meditazione*:

- (353) *Poco prima che uscissi dalla meditazione [...]* (SforumD)  
 (354) [...] *questo vuole dire che stiamo uscendo dallo stato meditativo [...]* (Sc/2008/01/15ms)

Non abbiamo trovato nessun esempio in cui il passaggio da uno stato meditativo concepito come un *contenitore* avvenga senza la volontà dello sperimentatore.

Lo schema di CONTENITORE interviene non solo quando abbiamo a che fare con il cambiamento dello stato, ma lo ritroviamo anche quando lo sperimentatore *si trova, trascorre* il tempo o *rimane* nello stato meditativo:

- (355) *Quando ci si trova nello stato meditativo, la mente si acquieta e anche il corpo trae enormi benefici [...]* (RRIC)  
 (356) *Ogni giorno trascorrevamo molte ore in meditazione.* (GYG)  
 (357) [...] *lasciar tacere le proprie emozioni, i propri sentimenti, compresi quelli più elevati, ed infine i propri pensieri, per rimanere nella meditazione [...]* (Crocella, 2001: 78)

Nei testi descrittivi l'esperienza dei meditatori, oltre a verbi come *entrare, uscire, indurre* ecc. e le preposizioni come *in* e *fuori*, richiamanti lo schema

di CONTENITORE, appaiono anche altre caratteristiche di uno spazio chiuso proiettate sul concetto di *meditazione*. Molto spesso, come negli esempi presentati sotto, viene sottolineata la sua **profondità**:

(358) *Certe volte vorrei andare più in profondità nella meditazione.* (GLM)

(359) [...] *mi sembra di andarci proprio, sempre più in fondo...* (GLM)

(360) *Mi sembra di scendere dentro un tunnel, [...] dentro un pozzo.* (GLM)

Sebbene nell'esempio (360) la *meditazione* venga paragonata, tra l'altro, a un pozzo, contrariamente a quanto possa accadere nel caso di un movimento di discesa nel pozzo, lo sperimentatore non *cade* nella sua profondità, ma sempre come Proto-Agente volontariamente *va* o *scende* dentro.

La mancanza di controllo da parte dello sperimentatore diventa evidente solo quando lui *sprofonda* nella meditazione, però il contesto degli esempi (361) e (362) indica che l'azione, sebbene non controllata, è volontaria:

(361) *Milarepa rinuncia a tutto per sprofondare nella meditazione assoluta.* (CVM)

(362) *Se si è disposti a sprofondare nella meditazione* (Cblog/2008/05/D)

Anche frequentemente viene accentuata la **chiusura del contenitore**, che può essere aperto solo con la chiave giusta:

(363) *Sicché la pratica è una chiave, la chiave della meditazione. Se possediamo la chiave giusta, anche la serratura più ermetica cederà: basta infilarla nel lucchetto e girare. Ma senza chiave il lucchetto non si apre. E non sapremo mai cosa c'è nel baule.* (ST)

Negli esempi (360) e (363) la *meditazione* viene paragonata a un pozzo, a una galleria, o a un baule, però la più strutturata, all'interno della metafora del contenitore, è l'immagine della *meditazione* come edificio costruito sulle fondamenta, provvisto di una porta che può essere aperta dal meditatore:

(364) [...] *le fondamenta della meditazione non erano così solide come desideravamo.* (McMahon)

(365) *Questo è puro yoga quando aprirete la porta della meditazione tutto vi sembrerà più chiaro.* (PAPF)

La proiezione sulla *meditazione* della struttura di un edificio, la profondità come la qualità dello spazio chiuso e il bisogno di possedere la chiave per aprirlo sono gli elementi più frequenti del legame tra il concetto di *meditazione* e la metafora del contenitore. Analizzando però molti testi abbiamo incon-

trato anche gli esempi di una visione alternativa, in cui l'edificio non è *la meditazione*, ma noi stessi, la nostra mente, che può essere aperta grazie alle *tecniche di meditazione*, mentre lo *stato meditativo* è l'**atto** stesso *di apertura*:

- (366) *Le tecniche di meditazione sono **chiavi** per **aprire il grande cancello**, la propria porta multidimensionale.* (MF5)
- (367) *La meditazione è **un'esperienza di apertura**.* (MMT)
- (368) *Ma tutto parte dalla meditazione! È questa pratica, questo esercizio quotidiano che ti **apre le porte** del tuo "dentro" [...]* (Yahoo/2008/04/12)

Oltre alle concettualizzazioni di cui sopra, la *meditazione* appare come un *contenitore* anche quando lo sperimentatore passando dalla veglia si *immerge nello* stato meditativo:

- (369) *Prima di **immergersi nella meditazione**, l'aspirante potrà dedicarsi ad alcune pratiche preliminari.* (MobA)
- (370) *Molti maestri spirituali insegnano che è più facile **immergersi nella meditazione** se ci si siede nel silenzio di un santuario.* (CsP)

Negli esempi (369), (370) il movimento si svolge all'**ingiù**. La forma riflessiva del verbo *immergere*, al contrario della situazione in cui lo sperimentatore è *immerso* nel sogno, indica che il meditatore svolge il ruolo di Proto-Agente.

Visto che il verbo *immergersi* viene definito come: "entrare in un liquido, calarvisi o discendere sotto la superficie dell'acqua" (Garzanti 2003) lega la *meditazione* al concetto di *liquido*. Nel capitolo seguente esamineremo gli altri esempi delle manifestazioni di questo legame.

#### 4.4. La *meditazione* e il concetto di *liquido*

Nel corso dell'analisi del corpus siamo arrivati alla conclusione che altri legami tra la *meditazione* e il *liquido* sono diversificati e poco sistematici, nondimeno si dimostrano più frequenti del rapporto tra il *liquido* e il sogno.

Nei casi in cui la *meditazione* è concepita come *liquido* viene paragonata all'*oceano*, o appare come il *fiume* con la propria sorgente, oppure è la *fonte* stessa, in cui possiamo appagare la nostra sete:

- (371) *Meditazione [...] è come l'**oceano**, sembra immensa, ma ha sempre il medesimo gusto, lo stesso colore, un identico brio.* (MMOr)

- (372) *Quando la meditazione ritorna alla propria sorgente [...]* (EM)  
 (373) *La meditazione scaturisce spontanea dalle esperienze di vita [...]* (ICPF)  
 (374) *Talvolta ci si avvicina alla meditazione [...] sperando di riuscire ad appagare la propria sete di giustizia.* (MMPeP)

A quanto pare, la *meditazione* più spesso è legata al concetto di *liquido* in modo indiretto.

Non di rado possiamo incontrarla nella metafora della *mente* raffigurata come un *lago*, la cui *superficie calma* simboleggia la *meditazione*, mentre le *onde* che l'agitano sono i *pensieri*:

- (375) *Le piccole onde che si formano sono come i pensieri. Ma se attendi un po' le onde si placano, i pensieri svaniscono, la mente si calma.* (MF1)  
 (376) *Ma se ti fermi, e attendi, l'acqua torbida del tuo laghetto interiore diverrà così chiara da riuscire a scorgervi persino le parvenze del fondo.* (MMNNI)

A volte la *meditazione* viene anche presentata come il *luogo da cui nasce il fiume*:

- (377) *Dalla meditazione scaturisce la saggezza.* (MMM<sub>a</sub>)  
 (378) *Dalla meditazione scaturisce la percezione di una certezza assoluta.* (BlogE)

Il suo legame con il concetto di *liquido* appare anche nelle descrizioni delle sensazioni provate durante lo stato meditativo:

- (379) *Tutto fluisce: è una sensazione oceanica.* (GLM)  
 (380) *Sono stato inondato di bianco per buona parte della meditazione nell'ultima seduta.* (GLM)

Gli esempi presentati in questo capitolo dimostrano senza dubbio l'esistenza del legame tra i concetti di *meditazione* e di *liquido*. Però, anche se appaiono più frequentemente che nel caso del concetto di *sogno*, sono sempre molto più rari di quelli in cui la *meditazione* appare come un *viaggio* o come un *luogo* chiuso o non delimitato.

#### 4.5. La *meditazione* come mezzo

La metafora della *meditazione* come *strumento* è stata presentata in parte già nel capitolo dedicato alla metafora del *viaggio* nei casi in cui la *meditazione*

appariva come un *mezzo* aiutante lo sperimentatore a raggiungere il fine. Tuttavia, il suo ruolo in questa concettualizzazione non deve limitarsi al trasporto.

A volte la *meditazione* appare come un *mezzo di comunicazione*:

- (381) *La meditazione viene utilizzata per entrare in contatto con il proprio nucleo interiore.* (CSL)  
 (382) *Dunque la "buona" meditazione ci mette in contatto con la Realtà, che è la Coscienza nel suo aspetto divino.* (CnZ)

In altri casi può essere utilizzata per fare ordine eliminando gli elementi indesiderati e riorganizzando lo spazio della nostra mente:

- (383) *Questa meditazione è costruita specificamente per aiutare a espellere tutto quel pattume fastidioso che abbiamo nella mente.* (DMdO)  
 (384) *Non hai sbagliato nulla, gli effetti che descrivi sono un segno che la meditazione funziona, che sta ristrutturando la tua mente e il tuo corpo energetico in modo sottile.* (ME)

Molto frequenti sono gli esempi in cui la *meditazione* viene chiamata direttamente uno *strumento*:

- (385) *La pratica della meditazione è uno strumento [...] per potenziare la nostra capacità di visione.* (M. Thanavaro)  
 (386) *La meditazione è uno strumento che aiuta a utilizzare il proprio pensiero nella direzione del proprio benessere psicofisico.* (ALa)

Allora alla *meditazione* vengono attribuite varie qualità positive:

- (387) *Strumento*  
 — **Sicuro**: non ha controindicazioni,  
 — **efficace**: il risultato è garantito,  
 — **adattabile**: ognuno si può costruire la propria meditazione finalizzandola al risultato desiderato,  
 — **collaudato**: viene praticato da millenni,  
 — **evolutivo**: favorisce la crescita globale dell'individuo. (VVI)  
 (388) *La meditazione è uno strumento perfetto e molto versatile per poter intervenire sui diversi piani che compongono l'essere umano.* (CCT)

Alcune di quelle qualità insieme agli elementi come *meccanismi* o *funzionamento* presentano la *meditazione* come un *attrezzo* o una *macchina*:



- (389) *Ricerche sulla **effettiva efficacia** della meditazione trascendentale [...]* (Corriere.it/06/02/2008)
- (390) *Ma ora ci occuperemo di qualcosa di più specifico, quale il vero **meccanismo** della meditazione [...]* (Sadhu, 1986: 115)
- (391) *Il prof. Marco Ferrini ha descritto molto bene il **funzionamento** della meditazione e della tecnologia sottile del mantra.* (IFT)

Lo sperimentatore, quando si manifesta, svolge il ruolo di Proto-Agente quando *usa o utilizza* la meditazione. Al contrario, la meditazione, pur essendo strumento, diventa Proto-Agente quando *funziona* o *aiuta* lo sperimentatore.

Nonostante il prevalente valore positivo delle caratteristiche attribuite alla meditazione, nel corpus analizzato abbiamo trovato un testo in cui la meditazione concepita come uno strumento viene valutata anche in modo negativo:

- (392) *In questi casi, la meditazione diventa soltanto un **terribile mezzo**, un **cru-dele strumento fortemente egoicizzato**, per aumentare il perverso potere dell'Io.* (CnZ)
- (393) *[...] antichi Saggi mettevano in guardia sul **pericolo di usare la meditazione nel modo sbagliato**.* (CnZ)

Intanto la meditazione è valutata come positiva quando appare come mezzo di guarigione.

#### 4.5.1. La meditazione come cura

La meditazione concepita come *cura*, essendo un mezzo di guarigione appartiene al gruppo delle concettualizzazioni presentate sopra. Tuttavia, abbiamo deciso di dedicarle un sottocapitolo distinto, visto che la sua struttura non è uniforme.

Il più generalmente la meditazione come mezzo per la guarigione viene presentata come una *cura* o un *rimedio*:

- (394) *Perciò il suo **utilizzo della meditazione come "cura"** [...]* (CnZ)
- (395) *Addirittura è stato ipotizzato, anche da organizzazioni mediche e scientifiche, che la meditazione **riesca perfino a curare** il cancro.* (CnZ)
- (396) *Non c'è bisogno di soffrire in silenzio, con insonnia, in particolare con la facile accessibilità di meditazione come un **rimedio**.* (PIC)



Però, appare come un *oggetto* o una *sostanza* quando si manifesta come un *farmaco* o una *medicina*:

- (397) *La meditazione è un **farmaco**: se sei malato è necessaria una **medicina**.* (Osho, 1983: 41)  
 (398) *La meditazione è una **medicina**, alla fine deve essere buttata. Finché non sei in grado di buttar via la tua **medicina**, non sei sano.* (Osho, 1983: 140)

Al contrario, la meditazione non è una cosa tangibile, ma un insieme di azioni e di provvedimenti quando appare come *terapia* o *pratica curativa*:

- (399) *È bene sapere, comunque, che gli effetti più sorprendenti ed efficaci di questa **pratica curativa** della meditazione sono ottenuti nei riguardi di malattie psicosomatiche [...].* (CnZ)  
 (400) *[...] un Trattato sulla Meditazione Samadhi e Vipassana, ha ipotizzato che la meditazione **curi** le malattie con cinque vari tipi di **approccio terapeutico**.* (CnZ)

La *meditazione* come *rimedio* assume il ruolo di Proto-Agente quando *aiuta* e *cura* lo sperimentatore, è invece Proto-Paziente quando come *medicina* è *utilizzata* da lui e alla fine *buttata via*.

La *meditazione* può essere legata a un complesso delle pratiche anche nella concettualizzazione presentata nel capitolo seguente.

#### 4.6. La *meditazione* come *disciplina sportiva*

Nei molti testi da noi analizzati abbiamo osservato una notevole proiezione della struttura di una *disciplina sportiva* sullo *stato meditativo* e soprattutto sulle *tecniche di meditazione*.

Come nel caso della maggioranza delle discipline sportive, per ottenere buoni risultati lo sperimentatore deve *praticare la meditazione* con grande impegno e in maniera sistematica:

- (401) *Eseguire la **tecnica** almeno una volta al giorno.* (MMMa)  
 (402) *Il saggio, **allenato** nella pratica della meditazione è di elevati pensieri e attentamente cosciente.* (MHH)  
 (403) *Il superamento della paura della morte è uno degli **effetti di una pratica meditativa attenta e rigorosa**.* (M. Thanavaro)

Ovviamente non basta la sistematicità e perseveranza nell'allenamento per raggiungere il successo. È altrettanto importante saper eseguire gli esercizi in maniera corretta. Perciò è bene avere un istruttore che ci insegni una buona tecnica:

- (404) *Qual è un **modo giusto di meditare**?* (MF6)  
(405) [...] *diverse celebrità che **furono istruite** alla meditazione trascendentale.* (WMMY)  
(406) *Negli ultimi 9 anni centinaia di studenti, di età compresa tra i 10 e i 14 anni, **hanno imparato** la tecnica di Meditazione Trascendentale, **praticandola** due volte al giorno nella **palestra** della scuola.* (MaSL)

Un altro elemento comune per uno sportivo e un meditatore è lo stile di vita che dovrebbero condurre per rimanere in forma:

- (407) *Chi mangia molto, beve troppi alcolici o fuma incontrerà notevoli **difficoltà nell'eseguire i propri esercizi** di meditazione.* (MQQ)

Nella concettualizzazione della *meditazione* come *disciplina sportiva* lo sperimentatore di solito svolge il ruolo di Proto-Agente e possiede tutte le sue caratteristiche, tranne il movimento relativo alla posizione di un altro partecipante *praticando, imparando, allenandosi ed eseguendo la meditazione*. Appare invece come Proto-Paziente quando è *istruito* da un'altra persona, la quale allora compie il ruolo di Proto-Agente.

Intanto nel prossimo gruppo delle concettualizzazioni il ruolo di Proto-Agente più spesso è svolto dalla *meditazione*.

#### 4.7. La *meditazione* come *organismo vivo*

La *meditazione* come *organismo vivo* può apparire sia come una *persona umana* sia come una *pianta*. Nei capitoli successivi presenteremo entrambe le concettualizzazioni.

#### 4.7.1. La meditazione come persona

La proiezione della struttura di un essere umano sul concetto di *meditazione* può essere osservata su due piani — fisiologico e quello delle relazioni interpersonali.

Dal punto di vista fisiologico la meditazione appare come un *essere vivente* il quale *nasce, dà la vita, nutre* e — anche se molto raramente — *muore*:

- (408) *La meditazione nasce nel momento in cui il corpo è perfettamente rilassato e in uno stato di riposo, il respiro lento e ritmico, i pensieri placati e l'animo calmo.* (DNT)
- (409) *La vera virtù nasce dalla meditazione, la virtù falsa viene coltivata.* (Xblog/2006/01/15)
- (410) *La contemplazione attiva è nutrita dalla meditazione [...]* (FbT)
- (411) *Per me tutto era un rumore spento, la morte della meditazione [...]* (Wassermann, 2005: 8)

Tuttavia, più spesso la *meditazione* è presentata come una *persona*, più potente dello sperimentatore, però disposta favorevolmente verso di lui:

- (412) *La meditazione ci consente di scoprire in che misura la percezione della nostra vita esteriore non sia che un riflesso di quella interiore, e viceversa. Ci permette, quindi, di riconoscere appieno l'unità essenziale tra il mondo "interno" e quello "esterno".* (MF4)
- (413) *La meditazione, ti accetta per quello che sei. Non ti chiede di cambiare o migliorare.* (MF5)
- (414) *Le prospettive che offre la meditazione sono innumerevoli.* (Meditare.it)

Sia presentata dal suo lato fisiologico sia in rapporto con lo sperimentatore, la *meditazione come persona umana* svolge il ruolo di Proto-Agente, mentre lo sperimentatore, quando appare, possiede alcune qualità di entrambi i ruoli.

#### 4.7.2. La meditazione come pianta

All'interno del gruppo degli organismi vivi la *meditazione* può manifestarsi non solo come una *persona*, ma può anche apparire come una *pianta*.

Allora viene proiettata una gran parte della struttura del dominio origine sul concetto di *meditazione*, anche se non tutti gli elementi appaiono altrettanto spesso.

Non di rado viene presentato il fatto che la *meditazione* germoglia dai **semi**:

- (415) *I “semi” della meditazione germogliano sempre, ma non sappiamo quando.* (MF2)
- (416) *Mentre i semi della meditazione che aveva seminato cominciavano a crescere e a moltiplicarsi [...]* (MRA2002)
- (417) *[...] una pulizia del terreno in modo che i semi della meditazione potranno essere piantati, e le persone possano sbocciare.* (MI)

Più raramente ci si riferisce ai **fiori** della *meditazione*:

- (418) *L'energia femminile sboccherà in amore e attraverso l'amore fioriranno la meditazione, [...]. Per l'uomo l'amore è il fiore della meditazione.* (Osho, 1986: 352)

Invece più spesso vengono richiamati i **frutti** della *meditazione*:

- (419) *[...] cogliere il frutto della meditazione, ovvero un senso di pace infinito.* (YsM)
- (420) *Tu desideri un amore frutto della meditazione, non della mente.* (Osho, 1990: 27)
- (421) *Anche i frutti della meditazione hanno bisogno di tempo per maturare.* (Amblog)

L'ultimo esempio è la costellazione metaforica rappresentante vari elementi della struttura di una *pianta* proiettati sul concetto di *meditazione*:

- (422) *La meditazione ha bisogno di tempo, di dedizione e di pazienza. Si pianta il seme si annaffia regolarmente, quando spunta la piantina delicata va curata amorevolmente: cresce lentamente, fiorisce, matura e dà i suoi frutti. Il frutto della meditazione è un senso di pace infinita che invade l'intero essere.* (YY)

In questo caso appaiono non solo gli elementi di 'corpo' di una *pianta*, ma anche il sapere più dettagliato sulle piante e sulla loro coltivazione, come il fatto che deve passare un certo periodo di tempo prima che la pianta spunti, che essa deve essere regolarmente annaffiata e curata perché fiorisca e dia i frutti.

#### 4.8. Il riassunto dell'analisi della *meditazione*

Analogamente ai concetti di *sonno* e di *sogno*, anche le concettualizzazioni della *meditazione* saranno presentate in forma di un elenco strutturato. Sebbene la *meditazione* sia spesso paragonata agli altri stati di coscienza non è legata a nessuno di essi in uguale misura come lo erano il *sonno* e il *sogno*. Tuttavia, oltre ai paragoni abbiamo trovato anche qualche esempio della proiezione della struttura dello stato di *sonno* sul concetto di *meditazione*. Perciò presentiamo questa concettualizzazione nel nostro elenco ma come visione marginale.

La *meditazione* può apparire come:

1. **Viaggio** (viaggiatori, pellegrini; punto di partenza, intraprendere; percorso, procedere; destinazione, raggiungere; compagni di viaggio, viaggiare in compagnia; ostacoli, lasciarsi catturare):
  - a) *percorso* (sentiero lungo / breve, da esplorare, a una destinazione positiva),
  - b) *mezzo di trasporto\** (per: ricondurre, superare ostacoli, raggiungere / arrivare a destinazione),
  - c) *punto di partenza* (partire da meditazione, uscire da meditazione),
  - d) *destinazione* (raggiungere, avvicinarsi a meditazione, entrare / andare in, ritirarsi in ecc.).
2. **Luogo:**
  - a) *contenitore* (entrare in, andare in fondo, scendere dentro, uscire da, trovarsi / rimanere in meditazione; profondo; chiuso):
    - *edificio* (fondamenta, porta),
    - *baule* (chiave, lucchetto, serratura),
    - *pozzo*,
    - *tunnel*,
  - b) *luogo non delimitato* (raggiungere, avvicinarsi a meditazione; essere distolti / distratti da).
3. **Mezzo:**
  - a) *strumento* (efficace, adattabile, perfetto, sicuro, indispensabile),
  - b) *macchina* (meccanismo; funzionamento; utilità),
  - c) *mezzo di guarigione* (curare, malato, sano, guarire):
    - *cura / rimedio*,
    - *farmaco / medicina*,
    - *terapia*,
  - d) *di comunicazione* (per: entrare / mettere in contatto),
  - e) *di trasporto\**,
  - f) *per fare ordine* (meditazione espelle pattume, ristruttura, annulla).
4. **Liquido** (immergersi):

- a) *fiume* (ha fonte / sorgente, scaturisce),
  - b) *fonte* (lascia appagare la sete),
  - c) *oceano* (*immensa, incambiabile*),
  - d) *superficie calma del lago o del mare* (onde si placano).
5. ***Disciplina sportiva*** (eseguire esercizi, allenarsi, praticare meditazione, essere istruito a meditazione, imparare meditazione; allenamento rigoroso, sistematico, attento; palestra).
6. ***Organismo vivo*** (nasce, dà la vita, nutre, muore):
- a) *pianta* (meditazione spunta da semi, germoglia, fiorisce, cresce, dà frutti; è annaffiata),
  - b) *persona* (permette, offre, non chiede, accetta).
7. ***Atto di apertura*** (chiavi, cancello, porte).
8. ***Sonno*** (svegliarsi).

Come possiamo osservare molte concettualizzazioni della *meditazione* sono presenti anche nelle visioni di *sonno* e di *sogno*. Tuttavia, la loro importanza e la frequenza di apparizione è diversa per ognuno degli stati analizzati.



## 5. La concettualizzazione dell'*ipnosi*

### 5.1. La definizione dell'*ipnosi* e le caratteristiche del concetto

Paragonando le informazioni fornite da dizionari come: *Dizionario della lingua italiana* (De Mauro Paravia on-line), *Il Dizionario d'Italiano* (Garzanti 2003) e *Vocabolario della lingua italiana* (Zingarelli 1998) sul termine *ipnosi*, abbiamo notato che la maggior parte delle sue definizioni è uguale indipendentemente dalla fonte consultata. L'*ipnosi* è definita come "stato psicofisico simile al sonno, provocato artificialmente, caratterizzato da un notevole aumento di suggestionabilità nei confronti della persona che lo ha provocato" (Zingarelli 1998). La definizione presa dal *Dizionario d'Italiano* aggiunge a parte l'informazione che l'*ipnosi* può essere indotta "con procedimenti meccanici, fisici o psicologici da un operatore o dal soggetto stesso (autoipnosi)" (Garzanti 2003). Invece la *suggestionabilità* della persona ipnotizzata è presentata in maniera più enfatica nel *Dizionario della lingua italiana*, secondo il quale "la percezione della realtà e la capacità di muoversi e di agire da parte del soggetto sono condizionate dalla volontà dell'ipnotizzatore" (De Mauro Paravia on-line).

Sebbene i vocabolari non presentino l'*ipnosi* come una nozione polisemica, lo studioso del soggetto Emanuele Del Castello nell'intervista pubblicata sulla sua pagina web, cercando di spiegare il termine dice:

per ipnosi si intende abitualmente sia uno dei possibili stati della mente umana, sia l'insieme delle tecniche per indurre tale stato mediante la comunicazione interpersonale. In passato la tecnica veniva chiamata "ipnotismo"<sup>1</sup>.

La sua affermazione è confermata dal fatto che mentre nel dizionario di Tullio De Mauro ritroviamo ancora la definizione di *ipnotismo* descritto come

---

<sup>1</sup> <http://www.delcastello.it/> (l'accesso: 10.10.2009).



*tecnica, pratica dell'ipnosi; complesso di fenomeni a essa connessi*, già sia il suo secondo significato sia l'unico presente nel vocabolario di Nicola Zingarelli lo presentano come sinonimo dell'*ipnosi*.

L'inclusione nella nozione sia lo stato sia le tecniche che lo inducono ci fa venire in mente la somiglianza dell'*ipnosi* con la *meditazione*. Però, in questo caso possiamo incontrare un elemento normalmente assente nella concettualizzazione della *meditazione* — la presenza di un ipnotizzatore. Ovviamente (come indicato nella definizione in Garzanti 2003), si possono incontrare le situazioni in cui lo sperimentatore svolge nello stesso tempo il ruolo di ipnotista. Abbiamo anche osservato dei rari casi in cui lo sperimentatore veniva indotto alla meditazione da un fattore esteriore. Però la visione prototipica dei due concetti è su questo punto contrastante. Tuttavia, questo non implica che il soggetto ipnotista debba manifestarsi esplicitamente nella maggioranza delle concettualizzazioni, il che esamineremo durante la nostra analisi.

Le similitudini tra i concetti da noi analizzati non si limitano a quelle esistenti tra l'*ipnosi* e la *meditazione*. Anche il suo rapporto con il *sonno* è considerevole, il che possiamo osservare già nelle definizioni dell'*ipnosi*. Nel capitolo seguente presenteremo più dettagliatamente i legami che uniscono l'*ipnosi* con i concetti già esaminati e con gli altri stati di coscienza.

## 5.2. L'*ipnosi* e gli altri stati di coscienza

Come possiamo leggere nei dizionari, *ipnosi* deriva dalla composizione della parola greca *hypnôun* (addormentare), da *hypnos* (sonno) e *-osi*, derivato dal greco *-õsis* e indicante uno stato o una malattia (cfr. Zingarelli 1998). Vista la sua etimologia e il fatto che l'*ipnosi* non è uno stato sperimentato dalla maggioranza della gente e perciò va spiegata da uno stato più comune, non stupisce il fatto che spesso è paragonata e legata al *sonno*:

- (423) *L'ipnosi non si differenzia dal normale sonno e quando si sviluppa in modo completo corrisponde alle varie fasi del processo dell'addormentarsi [...]* (GPI/2006/02/24)
- (424) *Se l'ipnotista "non sveglia" un soggetto sotto ipnosi, quest'ultimo si sveglierà spontaneamente nel giro di poco tempo.* (UIC)

Come possiamo osservare negli esempi presentati, il legame tra i due concetti non si limita al presentare l'*ipnosi* come simile al *sonno*, né al legame dei due lessemi in un termine unico, ma la proiezione della struttura del

*sonno* sul concetto d'*ipnosi* include anche la rappresentazione dei momenti di passaggio tra l'*ipnosi* e lo stato di *veglia* con i termini normalmente legati al *sonno* come *addormentarsi* e *svegliarsi*.

Tuttavia il rapporto tra il *sonno* e l'*ipnosi* è più complesso di quanto lo possano suggerire gli esempi precedenti. Per esempio il termine *sonno ipnotico* può indicare lo *stato ipnotico* oppure uno dei suoi livelli più profondi:

- (425) *L'ipnosi verbale, in particolare, si ottiene inducendo la persona al sonno ipnotico e al rilassamento. Dopo i primi minuti di induzione ipnotica, si danno suggerimenti adatti a farla "scendere" a livelli ipnotici sempre più profondi. I suoi occhi diverranno sempre più pesanti sino ad arrivare al **sonno ipnotico** che rappresenta il punto di partenza per l'impiego dell'ipnosi nelle svariate finalità, soprattutto se l'Ipnosi deve essere utilizzata per una psicoterapia ipnotica.* (IwI)

Per di più, in questo esempio possiamo osservare che il lessema *ipnosi* si riferisce alle tecniche d'induzione dello stato ipnotico e non allo stato stesso. Similmente si possono trovare numerosi esempi in cui l'*ipnosi* appare come una *pratica* o qualche *tecnica* che induce lo stato di *sonno*.

- (426) [...] è un **sonno** che si può provocare su chiunque, **sonno** calmo, ristoratore, che ristabilisce l'equilibrio del sistema nervoso. (TCII)
- (427) Qualche soggetto chiude gli occhi e **dorme** immediatamente. (TCII)
- (428) Sberla si accorge di non avere con sé il **sonnifero** per il Sergente; a questo punto interviene Judy che propone di utilizzare l'*ipnosi*; [...] e così riesce a farlo addormentare. (DNRP)

In questi casi il contesto è particolarmente importante, perché è l'unico indizio se il lessema *sonno* viene usato per esprimere lo stato d'*ipnosi* oppure si tratta di un vero stato di *sonno*.

Nonostante le prove del legame tra il *sonno* e l'*ipnosi*, si sottolineano sempre più spesso le differenze esistenti tra i due stati:

- (429) "*Ipnosi*" vuol dire *sonno*, ma è **differente dal sonno** naturale. (Salutare19)
- (430) Infatti l'*ipnosi* **non equivale al sonno**, perché una persona addormentata reagisce solo a stimoli intensi e non è in comunicazione con il mondo esterno. (IiC)

In questa occasione di frequente si indica anche la diversità dello stato d'*ipnosi* dalla *veglia*:

- (431) *Attraverso l'ipnosi si impara a sviluppare un particolare stato psicofisico **diverso** sia **dal sonno** che **dalla veglia** che permette un nuovo stato di coscienza e un nuovo modo di funzionare dell'organismo.* (GsS)
- (432) *In conclusione l'ipnosi consiste in **uno stato di coscienza diverso** sia **dallo stato di veglia** che **da quello di sonno**.* (NmG)

Oltre alle sue varie relazioni con gli stati di coscienza ben conosciuti, l'*ipnosi* è anche associata alla *meditazione*:

- (433) *L'ipnosi [...] presenta dei **punti di contatto con la meditazione**, che si fonda su una sorta di stato ipnotico, cioè di rilassamento profondo, dove tuttavia la coscienza è molto viva.* (UAI)
- (434) *Nessun problema se l'ipnosi viene **associata alla meditazione** [...]* (Sblog/2006/03/I)
- (435) *[...] si può dire che qui l'ipnosi **diviene meditazione**.* (NmG)

Però il più spesso l'*ipnosi* è legata allo stato di *trance* con cui, a volte, è immedesimata:

- (436) *Mi è stato attribuito il proposito di usare **l'ipnosi** per sostenere la 'forza dell'Io' in **trance profonda**.* (IIR)
- (437) *Questo spiegherebbe perché alcune persone **in trance** perdono la capacità di intraprendere azioni proprie, abbandonandosi completamente e facendo tutto quello che gli viene detto dall'**ipnotizzatore**.* (Focus.it SNI)

Oltre alla semplice sostituzione dell'*ipnosi* con la nozione di *trance*, frequentemente possiamo osservare la situazione in cui l'*ipnosi* appare come un certo tipo di *trance*:

- (438) *Durante la **trance ipnotica** i soggetti più "suggestionabili" hanno mostrato una maggiore attività in questa regione [...]* (Focus.it SNI)
- (439) *Qualche volta la gente va in **trance ipnotica** in maniera accidentale [...]* (XTT)

I contesti in cui appare la *trance ipnotica* non permettono di affermare se essa sia un semplice iponimo di *trance* oppure in questa maniera venga sottolineato un elemento che durante l'*ipnosi* non sempre appare con la stessa intensità ma che, secondo la definizione (cfr. Garzanti 2003), è invece caratteristico per lo stato di *trance* cioè: l'insensibilità agli stimoli esteriori.

### 5.3. Il movimento e lo spazio nel concetto d'*ipnosi*

Come nel caso degli altri stati di coscienza alterata da noi esaminati anche il passaggio tra lo stato d'*ipnosi* e lo stato di *veglia* si manifesta come un moto. Anche qui la base delle concettualizzazioni saranno gli schemi ORIGINE — PERCORSO — META, SU — GIÙ, DAVANTI — DIETRO e lo schema di CONTENITORE. Però, come potremo osservare nei capitoli successivi, la direzione più frequente del movimento dello sperimentatore è diversa da quelle finora osservate e, di conseguenza, il rilievo è posto su uno schema diverso.

Quando è profilata la parte finale dello schema ORIGINE — PERCORSO — META l'*ipnosi* può apparire come *meta spaziale*, un luogo, al quale si può *arrivare* o che si può *raggiungere*. Tuttavia, le opinioni sia sui mezzi usati per arrivarci sia sulle difficoltà legate al suo raggiungimento variano notevolmente:

- (440) *Personalmente penso che [...] si possa **arrivare** all'ipnosi tramite la mente [...] o tramite il corpo [...]* (Google/2003/10)
- (441) *[...] tutti possono **raggiungere** l'ipnosi.* (Fit for Fun 2002)
- (442) *[...] conosco benissimo che solo una piccolissima percentuale di pazienti è in grado di **raggiungere** l'ipnosi profonda [...]* (Cblog/2007/09/O)

Indipendentemente dalle sue varie qualità l'*ipnosi* non per tutti sembra una finalità desiderata:

- (443) *[...] **devi avere un motivo veramente valido per arrivare all'ipnosi** [...] se dovessi pensare ad un mio caso particolare ti direi con assoluta certezza che **non lo farei mai**.* (Yahoo/2008/02/29)
- (444) *[...] **non voglio** arrivare all'ipnosi!!!* (GI/2008/12/16/m)

A volte l'*ipnosi* può apparire nello stesso tempo come *finalità* di un lungo percorso e come *punto di partenza* per una meta superiore:

- (445) *Vorrei tanto sapere, prima di **arrivare all'ipnosi regressiva** (visto che comunque è un **percorso lungo**), se ci sono altre modalità, altri **punti di partenza** [...] per arrivare ad approfondire alcune sensazioni che si prova nei confronti di un'altra persona.* (IDP)

Però, dobbiamo osservare che mentre l'*ipnosi* come *meta* può rappresentare sia le tecniche sia lo stato ipnotico, la visione dell'*ipnosi* come *punto di partenza* non si riferisce allo stato d'*ipnosi*, ma si limita alle tecniche che vengono usate per indurlo:

- (446) *Si sa pure che anche il Freud ebbe l'ipnosi come **punto di partenza** e di riferimento nella scoperta dell'inconscio e dei problemi ad esso connessi.* (MCV)
- (447) *In campo psicologico l'ipnosi è **punto di partenza** e terreno di incontro della maggior parte dei modelli di psicologia clinica [...]* (OMNBI)

Raramente l'*ipnosi* è presentata come una **strada** percorsa dallo sperimentatore oppure come un **ponte** che lo unisce alla sua destinazione:

- (448) *[...] ipnosi [...] è **una strada che conduce alla nostra mente, un sentiero** veloce a volte rapido a volte in salita.* (IaiA2)
- (449) *Ipnosi un **ponte** che ci unisce a noi stessi.* (IaiA1)

Ne abbiamo trovato solo un esempio in cui appare come il *viaggio*:

- (450) *È **un viaggio** dell'Anima e con l'Anima verso dimensioni trascendenti nell'ottica di una spiritualità universale che è anche terapia.* (GTI/2009/04I)

Lo sperimentatore arrivando all'*ipnosi* o raggiungendola assume il ruolo di Proto-Agente. Invece quando l'*ipnosi* appare come una *strada*, conduce lo sperimentatore nel ruolo di Proto-Paziente.

Quando l'*ipnosi* presenta come una *finalità* che lo sperimentatore vuole raggiungere, l'ipnotista può mostrarsi come una guida, come qualcuno che insieme allo sperimentatore percorre il sentiero:

- (451) *[...] la scuola di pensiero che vede [...] l'ipnotista in quello di una **guida**, che **conduce** il soggetto **lungo il percorso** a lui più congeniale **per raggiungere** la trance.* (I/2009/07/C)

Allora lo sperimentatore non è privato di controllo delle proprie azioni, ma svolge invece il ruolo di Proto-Paziente quando è portato all'*ipnosi*:

- (452) *Il paziente viene poi **portato** a questo IV stato dall'ipnologo [...]* (GsS)

Negli esempi presentati in questo capitolo l'*ipnosi* appare come un *luogo* o un *punto nello spazio non delimitato*. Però molto più spesso nei momenti di passaggio lo stato ipnotico è presentato come un *contenitore*.

### 5.3.1. L'*ipnosi* come spazio chiuso

Quando sullo schema ORIGINE — PERCORSO — META è sovrapposto lo schema di CONTENITORE il più spesso viene profilata la parte finale del primo schema, e la parte interiore del contenitore.

Non sono rari i casi in cui lo sperimentatore svolge il ruolo di Proto-Agente *andando* o *entrando* in *ipnosi*:

- (453) *Per andare in ipnosi* bisogna lasciarsi andare. (Yahoo/2008/06/05)
- (454) *Preferisci andare in ipnosi... con gli occhi aperti... oppure... chiusi?* (Gamberini, 2002: 44)
- (455) *Mi sento abbastanza tranquilla e sicura di poter entrare in ipnosi.* (Farno, Colciaghi, 2003: 83)

Anche quando l'*ipnosi* appare come un contenitore, analogamente alla visione precedente, *accedere* all'*ipnosi* può essere facile, difficile o perfino impossibile:

- (456) *Vivevo, in quei giorni, una situazione davvero "impressiva e attualizzante" ed era facile per me entrare in ipnosi.* (Gherardi, 1982: 56)
- (457) *Non possono entrare in IPNOSI le persone che presentano gravi malattie mentali o lesioni neurologiche che producono disturbi alla concentrazione altrimenti tutti i soggetti possono accedere all'IPNOSI.* (IDi)

Quando lo sperimentatore appare nel ruolo di Proto-Agente l'ipnotizzatore di solito non viene nominato oppure, come nell'esempio successivo, l'aiuta.

- (458) *Certo l'ipnotizzatore ha un discreto ruolo nell'aiutare il soggetto ad entrare in ipnosi.* (DnCc)
- (459) [...] *la mia voce sarà con te mentre ti accompagna in una trance sempre più profonda [...]* (LiC)

Anche se si possono trovare molti esempi in cui lo sperimentatore svolge il ruolo di Proto-Agente, tuttavia quelli in cui come Proto-Paziente è sottoposto al cambiamento dello stato causato dall'ipnotizzatore sono tanto più numerosi:

- (460) *La paziente posta in stato di ipnosi cessava di sopprimere le sue paure e le sue ribellioni.* (NmG)

- (461) *M.H. Erickson andò al di là delle intuizioni di S. Freud in quanto amava dire che lui stesso andava in ipnosi **trascinando** per imitazione il paziente.* (GPI/2006/02/24)
- (462) *Faccio spettacoli di ipnosi da diversi anni dove **metto in trance** il soggetto [...]* (EDG)

Molto spesso lo sperimentatore è *indotto* in *ipnosi* dall'ipnotizzatore che allora possiede tutte le caratteristiche di Proto-Agente:

- (463) *Diverso è invece il modo di **indurre in Ipnosi** [...]* (IwI)
- (464) *Non è neppure necessario che l'ipnotista sia presente: si può **indurre in ipnosi** per telefono o servendosi di un registratore.* (Ryzl, 1984: 48)

Tuttavia, una situazione inversa, in cui lo sperimentatore nel ruolo di Proto-Paziente appare come un *contenitore* in cui viene *indotto* lo stato *ipnotico*, è altrettanto frequente:

- (465) *[...] ritenevano l'ipnosi uno stato di coscienza particolare, [...] **inducibile in qualsiasi persona** con i metodi opportuni [...]* (NmG)
- (466) *L'ipnosi è **stata indotta** sperimentalmente in persone che pedalavano su delle cyclette.* (UIC)

Non è possibile stabilire la direzione del moto quando lo sperimentatore essendo Proto-Paziente è *trascinato* oppure come un oggetto, è *messo o posto* in *ipnosi*. Quando, invece, lo sperimentatore nel ruolo di Proto-Agente *entra, va* in *ipnosi* o vi *accede* e perfino quando come Proto-Paziente vi è *indotto* il suo **moto** appare **in avanti**.

Lo sperimentatore si muove in avanti anche quando come Proto-Agente passa dall'*ipnosi* allo stato di veglia *uscendo dal contenitore*:

- (467) *Quando **esce** dall'ipnosi e torna all'oggi, Marta apprende dal telegiornale che nel frattempo ha avuto luogo un colpo di stato.* (DPAD)

Però il suo controllo sul cambiamento dello stato implicato dal verbo non sempre è confermato dal contesto:

- (468) *L'opinione più diffusa è che in una seduta di ipnosi la persona ipnotizzata e messa in trance **può uscire** da questo stato **solo con un comando dell'ipnotista**.* (Salutare19)

A volte l'*ipnosi* appare come un **luogo opprimente** da cui lo sperimentatore nel ruolo di Proto-Paziente viene liberato:

- (469) *Rimetterà poi l'assistente nella posizione originaria **liberandola** dall'*ipnosi*. (AG)*
- (470) *Alexis **lo libera dall'*ipnosi*** e lo fa tornare tra il pubblico creando una situazione paradossalmente comica che diventerà molto. (AG)*

Lo schema di CONTENITORE non è legato allo schema ORIGINE — PERCORSO — META quando lo sperimentatore *si trova in ipnosi*:

- (471) *Questo spiegherebbe perché alcune persone **in trance** perdono la capacità di intraprendere azioni proprie, abbandonandosi completamente e facendo tutto quello che gli viene detto dall'ipnotizzatore. (Focus.it SNI)*
- (472) *[...] l'ipnologo [...] **può modulare la permanenza del soggetto** in esso attraverso varie tecniche. (GsS)*
- (473) *È altrettanto bene segnalare che **non è possibile restare "intrappolato" in stato di trance**. (UIC)*

Il verbo *restare* o la sola preposizione *in* non implicano se lo sperimentatore come Proto-Agente decide sul suo stato e lo controlla, oppure come Proto-Paziente subisce lo stato causato da un altro partecipante. Il contesto dell'esempio (471) suggerisce che lo sperimentatore non ne possiede nessun controllo, il successivo (472) indica che la permanenza dello sperimentatore nello stato d'*ipnosi* dipende dall'ipnologo, il quale modulandola svolge il ruolo di Proto-Agente. Invece l'esempio (473) presenta una visione opposta segnalando l'impossibilità d'intrappolare lo sperimentatore in *ipnosi*.

### 5.3.2. Il concetto d'*ipnosi* e lo schema su — giù

Il passaggio allo stato ipnotico, oltre al movimento in avanti, viene presentato come il moto **all'ingiù**. Allora, di solito lo schema di CONTENITORE si unisce con lo schema su — giù. Tuttavia, le concettualizzazioni basate su quell'ultimo non sempre richiedono la presenza dello schema di CONTENITORE. Vista una grande quantità degli esempi in cui il passaggio all'*ipnosi* è presentato come il moto all'ingiù e la presenza di altre visioni legate alla posizione reciproca dei partecipanti sulla scala verticale, vi dedicheremo i capitoli successivi.



### 5.3.2.1. Il passaggio all'*ipnosi* come moto all'ingiù

Quando il passaggio all'*ipnosi* appare come moto all'ingiù lo sperimentatore di solito svolge il ruolo di Proto-Paziente, giacché non causa né controlla il cambiamento dello stato al quale è sottoposto e il suo moto non deriva dalla sua energia interna. Più spesso il passaggio all'*ipnosi* come moto all'ingiù non controllato dallo sperimentatore, viene espresso attraverso il verbo *cadere*:

(474) *Il Dott. Esdaille faceva cadere in ipnosi i pazienti a lui affidati [...]* (Murphy, 1990: 48)

(475) *Però mi sembra difficile riuscire a cadere in ipnosi durante la veglia, con l'aiuto della sola volontà, con l'autosuggestione.* (FkVt)

Più raramente esso è rappresentato dai termini *sprofondare* o *scivolare*:

(476) *[...] chiese ad un suo amico di aiutarlo a sprofondare nello stato ipnotico: [...]* (bolgE/2008/09/E)

(477) *[...] quanto tempo passerà prima di sprofondare in una bella trance autipnotica.* (PIM)

(478) *[...] mi sentii scivolare nello stato ipnotico di quando si guarda il fuoco.* (Coelho, 2001: 127)

La visione del passaggio dalla veglia come moto all'ingiù è molto più comune per l'*ipnosi* di quanto lo era per gli altri stati di coscienza da noi analizzati. Perciò abbiamo deciso di esaminare se la metafora spaziale di George Lakoff e Mark Johnson (1980) a seconda della quale BENE È SU, MALE È GIÙ possa essere applicata in questo caso.

Il *Vocabolario della lingua italiana* (Zingarelli 1998) definisce *cadere* quando è legato a un nome astratto, come "passare da una condizione migliore a una peggiore" o "venirsi a trovare in una situazione difficile". Per verificare questa valutazione negativa abbiamo deciso di esaminare le qualità dei posti, delle condizioni e degli stati in cui si può trovare una persona *cadendo* e ne abbiamo distinto due gruppi. Uno, infatti, racchiude in sé nella maggior parte fenomeni come: *disperazione, peccato, miseria, rovina, servitù, disgrazia*, ma anche oggetti come: *trappola*, tutti di una valutazione decisamente negativa. Un altro gruppo, invece, sono oggetti e posti caratterizzati da una notevole profondità come: *fossa, voragine, pozzo*.

Nel caso dell'espressione *sprofondare in* + N, la situazione è più complessa, vista la varietà delle sue definizioni. Il valore dei significati come "cadere nel profondo" o "affondare per un buon tratto in qualcosa di molle,

cedevole" può dipendere in gran parte dal contesto, il quale infatti in molti casi è negativo:

(479) [...] *la nave sprofondò negli abissi marini*. (Zingarelli 1998)

(480) *Più andavamo avanti, più ci sembrava di sprofondare nel fango: fango della violenza e dell'indifferenza [...]* (PcMf)

Il valore negativo appare quando *sprofondare* significa "lasciarsi vincere da qualcosa" (es. *sprofondare nel dolore, nell'angoscia*) (Zingarelli 1998), ma è assente nel significato "lasciarsi assorbire da un lavoro, un'attività" (es. *sprofondare nello studio, nel lavoro, nella lettura*) (Zingarelli 1998).

I contesti in cui abbiamo trovato i verbi *cadere* o *sprofondare* legati all'*ipnosi* non suggeriscono una loro valutazione negativa. Anzi, in molti casi indicavano che, nonostante la mancanza di controllo da parte dello sperimentatore, l'*ipnosi* si manifestava come una finalità desiderata. Dalla nostra analisi risulta che i verbi come *cadere* o *sprofondare* unendosi con *ipnosi* non appaiono nei loro significati negativi, ma servono piuttosto a sottolineare la **profondità** dell'*ipnosi* concepita come un *contenitore* metaforico, la qualità che è spesso presente esplicitamente nelle frasi in cui lo *stato ipnotico* appare come un *contenitore*.

(481) *Non sempre il successo dell'ipnosi corrisponde alla sua profondità*. (GPI/2006/02/24)

(482) [...] *è possibile rimanere in stati di ipnosi superficiali o sprofondare fino alla trance ipnotica*. (ZrFi)

Come possiamo osservare, gli esempi in cui viene evidenziata la profondità dell'*ipnosi*, spesso indicano anche la sua divisione in strati come se fosse una costruzione sotterranea con vari piani all'ingiù, oppure una scalinata il cui inizio è a livello della terra-veglia, mentre la sua parte più profonda è la trance ipnotica.

I verbi *cadere*, *sprofondare* e *scivolare* presentano lo sperimentatore come Proto-Paziente rilevando la sua mancanza di controllo sullo stato in cui si trova. Tuttavia, possiamo anche incontrare delle situazioni in cui il passaggio appare come controllato dallo sperimentatore, il quale *scende* in *ipnosi*:

(483) *Dopo i primi minuti di induzione ipnotica, si danno suggerimenti adatti a farla "scendere" a livelli ipnotici sempre più profondi*. (IwI)

(484) [...] *gradualmente si scende a livelli di ipnosi sempre più profondi*. (Yahoo/2007/08/24)

Anche in questi casi frequentemente vengono sottolineate la **profondità** e la **gradualità** dell'*ipnosi* e la metafora di scendere giù la scala viene utilizzata dagli ipnologi per far passare lo sperimentatore a vari livelli dello stato ipnotico:

(485) *E mentre ti rilassi puoi immaginare di essere in cima ad una magnifica scala; immagina questa magnifica scala, come uno scalone delle fate; vedine i colori e le forme, senti la sensazione dei tuoi piedi che toccano il terreno, e mentre tu sei su questa scala, io conterò da dieci ad uno, e con ogni numero puoi immaginare di scendere via via verso il basso.* (CnI)

A volte, invece, queste due caratteristiche non si riferiscono all'*ipnosi*, ma allo stesso sperimentatore — al suo organismo a cui l'ipnotizzatore *accede* o alla sua mente nella quale il terapeuta *scende*:

(486) [...] *in tale stato di coscienza è possibile accedere a un livello più profondo dell'organismo umano* [...] (NmG)

(487) [...] *lo psicologo scende gradatamente nell'inconscio per mobilitare le risorse* [...] (PwFI)

Negli esempi presentati finora in questo capitolo lo stato d'*ipnosi*, o più raramente lo sperimentatore, sono presentati come un *contenitore* visto l'impiego della preposizione *in* legata ai verbi indicanti il cambiamento dello stato come moto all'ingiù. Tuttavia lo schema SU — GIÙ non sempre è legato allo schema di CONTENITORE né deve indicare la direzione del moto rappresentante il passaggio allo stato ipnotico. Esso appare anche per indicare la relazione di subordinazione che caratterizza i rapporti tra l'*ipnosi* e lo sperimentatore.

### 5.3.2.2. La relazione tra l'*ipnosi* e il soggetto ipnotizzato

La relazione spaziale tra l'*ipnosi* e lo sperimentatore appare in forma dinamica quando rappresenta il cambiamento dello stato. Allora il rilievo può essere posto sull'*ipnosi* che nel ruolo di Proto-Agente *sopravviene* o *insorge*:

(488) [...] *annunciando in tono sicuro e tranquillo alla persona da ipnotizzare il sopravvenire dello stato ipnotico e delle sue caratteristiche* [...] (GPI/2006/02/24)

(489) [...] *il modo (non il perché) con cui insorge l'ipnosi.* (Focus.it CCFT)

Oppure si accentua la figura dello sperimentatore, il quale *si sottopone all'ipnosi*, o ci viene *sottoposto* dall'ipnotizzatore:

(490) *Qualcuno di voi si è mai **sottoposto** ad ipnosi?* (Yahoo/2008/03/02)

(491) *Il giorno dopo questo incontro Zanfretta fu **sottoposto** a regressione ipnotica.*  
(R/2005/09/05/Z)

In questi casi l'apparizione dello stato ipnotico è presentata come moto all'insù quando svolto dall'*ipnosi*, oppure come il cambiamento della posizione (intenzionale o no) dello sperimentatore rispetto all'*ipnosi* in conseguenza del quale lo sperimentatore si trova più giù nella scala verticale.

Possiamo ritrovare la stessa visione, salvo che statica, quando lo sperimentatore rimanendo nello stato ipnotico si trova **sotto ipnosi**:

(492) [...] *i malati di cancro **sotto ipnosi** presenterebbero meno sintomi come la nausea, il vomito e il dolore.* (Focus.it SNI)

(493) *La polizia di Monaco ha arrestato due aggressori grazie alla testimonianza escussa ad una donna **sotto ipnosi**.* (E/2008/05/06/S)

La posizione subordinata dello sperimentatore rispetto all'*ipnosi* presenta quell'ultima come una **forza dominante**. Tuttavia, vista la quantità dei contesti positivi, l'*ipnosi* raramente appare come una *forza opprimente*. Anche quando lo sperimentatore perde il controllo sul suo stato *abbandonandosi all'ipnosi*, spesso lo fa volontariamente:

(494) *Una simile descrizione mi impedirebbe tuttavia di dare un'idea, neppure vaga, di quanto sia **piacevole abbandonarsi** all'ipnosi indotta dalla fascinosa e sussurrata "Here with you".* (KMr)

(495) [...] *il paziente **si abbandona volentieri** all'opera dell'ipnotista [...]* (UaI)

Però a volte il passaggio all'*ipnosi* appare come scontro tra due forze nemiche: dello sperimentatore e dell'*ipnosi*. Allora l'*ipnosi* si manifesta come *avversario* della persona ipnotizzata.

#### 5.4. L'*ipnosi* come *avversario*

Quando lo sperimentatore tratta l'*ipnosi* come una **forza nemica**, cerca di *resisterle*, ma non sempre ci riesce e *cede*:

- (496) [...] 12 classificati come **resistenti** e 12 facili '**prede**' dell'**ipnosi** [...] (Focus.it SNI)
- (497) [...] può quindi **resistere all'ipnosi**, o può **lottare** per proteggersi dal male immaginato. (Gherardi, 1982: 31)
- (498) Una delle più comuni reazioni è il sentimento di essere stati **forzati a cedere all'ipnosi**. (Gherardi, 1982: 31)

Riconoscendo l'*ipnosi* di essere il suo nemico lo sperimentatore può avere paura di essa come di una cosa pericolosa:

- (499) Perché la gente ha **paura dell'ipnosi** secondo Lei? Le persone hanno **paura di perdere il controllo**, è questo che le spaventa [...] (AMF)
- (500) "[...] ah, io **ho paura dell'ipnosi**, non si sa mai...", oppure "[...] è **pericolosa l'ipnosi**, puoi addormentarti e avere problemi a risvegliarti [...]" (AvI)

Le situazioni in cui l'*ipnosi* è trattata come un pericolo e le successive spiegazioni del motivo di tale visione (accanto alla scelta dei verbi indicanti il passaggio all'*ipnosi* come moto all'ingiù e agli esempi della relazione di subordinazione dello sperimentatore all'*ipnosi*) ci hanno portato alla conclusione che l'*ipnosi* non è valutata direttamente come un fenomeno negativo. La visione negativa del concetto, quando appare, è di solito legata alla mancanza di controllo da parte dello sperimentatore, attribuita da molti all'*ipnosi*. Però i contesti dei tanti esempi da noi presentati indicano che pure quando lo sperimentatore non possiede il controllo sullo stato in cui si trova, la valutazione negativa è assente, se la decisione della perdita di controllo è stata presa volontariamente.

Questa situazione evidenzia la differenza tra la partecipazione volontaria all'evento o allo stato, riconosciuta da David Dowty (1991) come una qualità di Proto-Agente, e il possesso di controllo sullo stato sperimentato, il che potrebbe essere la spinta allo studio sul valore del controllo nell'elenco delle caratteristiche di proto-ruoli.

## 5.5. L'*ipnosi* e il concetto di *liquido*

Descrivendo il passaggio allo stato *ipnotico* come moto all'ingiù abbiamo omesso il verbo *immergersi*, il quale, oltre a basarsi sullo schema su — giù presenta l'*ipnosi* come *liquido* circondante lo sperimentatore:

(501) *Ci **si immerge** nello stato ipnotico tramite due livelli, quello inferiore e quello superiore.* (DcnwY)

In questa visione ritroviamo anche lo schema del CONTENITORE rappresentato dalla preposizione *in*, sebbene, dato che si tratta di un *liquido*, i suoi confini non siano stabili. Intanto lo sperimentatore, *immergendosi* compie il ruolo di Proto-Agente.

Anche il verbo *sprofondare* in molti contesti è legato al *liquido*. Però, visto che questo legame non è presente nella sua definizione, né suggerito dagli altri elementi del contesto in cui abbiamo trovato il verbo *sprofondare* unito all'*ipnosi*, non possiamo giudicare oggettivamente se esso rappresenti una concettualizzazione dell'*ipnosi* come *liquido*.

Gli altri legami tra i due concetti sono ancora più scarsi. Raramente l'*ipnosi* appare come il *fiume*. Abbiamo trovato solo un esempio dove essa *confluisce*:

(502) [...] *l'ipnosi **confluisce** nelle pratiche cosiddette di rilassamento* [...] (UaI)

Un po' più numerosi sono i casi in cui l'*ipnosi*, sempre come *fiume*, *scaturisce*:

(503) *L'ipnosi è uno stato psicofisico che può **scaturire** spontaneamente* [...] (PSTSTesi)

(504) *È quello il momento in cui l'ipnosi **scaturisce** per effetto della convinzione incosciente di un soggetto di stare cadendo in trance.* (Google/2003/10)

Tuttavia, gli esempi rappresentanti l'*ipnosi* come *liquido* sono davvero rari. Al contrario, adesso vogliamo passare a una concettualizzazione dell'*ipnosi* molto importante, se non centrale, legata allo schema ORIGINE — PERCORSO — META: la visione dell'*ipnosi* come *mezzo* per raggiungere varie finalità.

## 5.6. L'*ipnosi* come *mezzo*

L'*ipnosi* concepita come *mezzo* può prendere varie forme ed essere utilizzata per diversi scopi. Tra l'altro, può apparire come un *mezzo di trasporto*, come uno *strumento* che facilita o rende possibile l'arrivo dello sperimentatore alla finalità prefissa:

(505) [...] *dovete accedere alle vostre risorse che la natura ci ha dato, e per far ciò l'ipnosi diventa **strumento per arrivarvi**.* (IaiI)

- (506) *L'ipnosi è l'arte di **portarci in luoghi** senza confini e limiti [...]; è il **treno** che ci permette di andare a visitare noi stessi [...]* (IaiA1)

Quando l'*ipnosi* è concepita come *mezzo di trasporto*, **un treno** o **un aereo**, l'ipnotista spesso appare come la persona che lo guida, invece lo sperimentatore ne è il passeggero:

- (507) *L'operatore di ipnosi è una specie di **abile pilota** in grado di modificare la rotta di fronte ad ogni necessità del suo **passeggero**.* (IaiA2)

Come sappiamo dal campo d'esperienza rievocata da questa visione, il grado della pericolosità del viaggio dipende dalle capacità dell'autista:

- (508) *No, l'ipnosi **non è pericolosa** [...], anche se, può portare ad **effetti imprevisiti** o **negativi** se praticata da **persone non competenti**.* (UIC)

Quando le abilità dell'autista non sono sufficienti, allora, il punto d'arrivo può essere diverso dalla destinazione progettata.

Tuttavia, l'*ipnosi* non solo appare come *mezzo* quando lo sperimentatore è in moto metaforico verso una finalità, ma anche può essere uno **strumento** usato per vari scopi:

- (509) *L'utilizzo dell'ipnosi **per il miglioramento** personale è molto antico.* (IaiA1)  
 (510) *L'ipnosi può essere uno **strumento per trasformare** i sogni in realtà.* (IaiA1)

Non di rado si manifesta come uno **strumento multifunzionale**:

- (511) *L'impiego dell'ipnosi tocca **campi molto diversi** [...]* (GsS)  
 (512) *L'ipnosi può essere **impiegata** per **correggere** comportamenti disfunzionali [...], per **diminuire** lo stress situazionale, per **ridurre** alcune fobie, [...], per **produrre** il miglioramento di sintomi collegati a malattie, per **accelerare** il decorso post-operatorio, e per **incrementare** la connessione mente-corpo allo scopo di promuovere la guarigione.* (AvI).

Può anche essere un **insieme di strumenti** usati per lo stesso fine:

- (513) *L'ipnosi è un **insieme di strumenti** che ci aiutano a migliorare la qualità della nostra vita, il rapporto con noi stessi e con gli altri.* (DIMI)

Indipendentemente dallo scopo per cui è usata, l'*ipnosi*, quando è utilizzata in maniera adeguata, è valutata in modo positivo come uno **strumento** potente, efficace, utile e prezioso:



- (514) *È importante capire come l'ipnosi possa essere un **potente strumento** di crescita personale.* (IaiA1)
- (515) *In seguito sarà trattato in maniera più specifica l'**utilità** e l'**efficacia** dell'ipnosi nell'aumentare la performance sportiva [...]* (PoA)
- (516) *Noi del Centro di Psicologia Applicata consideriamo l'ipnosi uno **strumento prezioso ed efficace** per massimizzare le nostre potenzialità.* (CpaIa)

Quando l'*ipnosi* come strumento è utilizzata o impiegata, svolge il ruolo di Proto-Paziente. È invece Proto-Agente quando con varie azioni (512) *aiuta* a raggiungere lo scopo, oppure quando, come *macchina* o come *impianto* lo produce.

Oltre alla produzione degli scopi-oggetti, si possono trovare anche altri elementi del concetto di *macchina* proiettati sull'*ipnosi*, come la presenza di vari meccanismi e il fatto che l'ipnotizzatore è presentato come il suo operatore:

- (517) *Oggi, le ricerche psicobiologiche hanno chiarito meglio i **meccanismi** dell'ipnosi.* (BbonandiI)
- (518) *[...] includere nel repertorio di abilità proprie dell'**Operatore** di ipnosi una serie di impieghi autoipnotici.* (AwCI)

L'*ipnosi* come strumento non sempre deve essere un oggetto concreto. Non è tangibile quando appare come un *mezzo di studio*:

- (519) *Attraverso l'ipnosi **si impara** a sviluppare un particolare stato psicofisico [...]* (GsS)
- (520) *[...] l'ipnosi **aiuta a scoprire** e fa affiorare ciò che già abbiamo dentro di noi attraverso degli stimoli opportuni.* (GsS)

Raramente si manifesta come un oggetto concreto anche nella sua visione più frequente: come *mezzo di guarigione*.

### 5.6.1. L'*ipnosi* come mezzo di guarigione

La visione dell'*ipnosi* come mezzo di guarigione non è omogenea. Nelle varie situazioni l'*ipnosi* è presentata solo come uno ***strumento di una terapia*** più complessa:



- (521) [...] *l'ipnosi non è un metodo di cura come non lo è la siringa, bensì **un insieme di strumenti** che vanno usati con perizia.* (CpaIa)
- (522) *In tutti i casi in cui può essere utilizzata l'ipnosi dovrebbe stare sullo stesso piano di tutti gli altri **strumenti terapeutici**.* (GPI/2006/02/24)

Negli altri casi appare come *metodo* o come intera *terapia*:

- (523) *Da tempo immemore l'ipnosi viene utilizzata come **metodo di guarigione** del corpo e della psiche.* (AAI)
- (524) *La medicina e la moderna psicoterapia si avvalgono delle peculiari possibilità offerte da questo **sistema terapeutico** [...]* (AAI)
- (525) [...] *svariati autori sostengono che lo stato ipnotico è in sé **terapeutico** [...]* (AvI)

Non di rado è presentata più genericamente come *cura* o *rimedio*:

- (526) *Persino forme di schizofrenia e di personalità multipla sono state **curate** con l'ipnosi [...]* (DIMI)
- (527) *Nel caso l'ipnosi abbia avuto successo la durata della guarigione dipende dagli stessi elementi che valgono per gli altri **rimedi terapeutici**.* (GPI/2006/02/24)

Quando i problemi di salute si manifestano come avversari contro cui si deve lottare, *l'ipnosi* appare come *arma* usata per vincerli:

- (528) [...] *nell'ipnoterapia l'importanza delle reazioni del singolo individuo è quasi pari a quella del tipo di malattia da **debellare** [...]* (BBonandil)
- (529) *Essenziale è l'ipnosi **nella lotta contro** l'alcool ed altre dipendenze [...]* (GsS)
- (530) *Charcot e Bernheim utilizzavano l'ipnosi **per vincere** lo stato isterico [...]* (De Giacomo, Resnik, 1980: 126)

Oltre a manifestarsi come *mezzo di trasporto*, come *macchina*, come *mezzo di studio* o come una *cura*, *l'ipnosi* appare anche come *mezzo di comunicazione*. Tuttavia, perché il suo rapporto con il concetto di comunicazione non si limita a questo elemento, lo presenteremo in un capitolo autonomo.

### 5.7. La *comunicazione* nel concetto d'*ipnosi*

Come abbiamo accennato nel capitolo precedente l'*ipnosi* a volte è presentata come un **mezzo di comunicazione**:

- (531) L'*Ipnosi* [...] consente di **entrare** rapidamente ed efficacemente in **comunicazione** terapeutica con il paziente **attraverso l'*Ipnosi Regressiva***. (IwIp)  
(532) Quella parte si chiama MENTE INCONSCIA e l'*ipnosi* è uno **strumento che dialoga** direttamente con esso. (IaiI)

Tuttavia, il legame tra l'*ipnosi* e la *comunicazione* è più complesso. L'*ipnosi* può essere identificata con la stessa **comunicazione**, la sua **base** o la **capacità di comunicare**:

- (533) L'*ipnosi* è **comunicazione profonda** che si instaura fra due individui. (IaiA2)  
(534) L'*ipnosi* moderna è una raffinata **capacità di comunicare** [...] (IaiA2)  
(535) [...] *ipnosi* [...] è **la base del rapporto di comunicazione** tra l'uomo e il mondo che lo circonda [...] (DaO)

Può anche apparire come un certo **tipo** o **modo di comunicazione**:

- (536) La **comunicazione ipnotica** è la **comunicazione ad alto impatto** [...] (PnlCMA)  
(537) Erickson che utilizzò l'*ipnosi* in modo creativo [...] come una relazione ed un particolare **stile comunicativo**. (Salutare19)  
(538) [...] l'*ipnosi* rappresenta essenzialmente un modo accorto di utilizzare **la comunicazione interiore**. (DII)

Come *tipo di comunicazione* l'*ipnosi* possiede un proprio linguaggio specifico:

- (539) I venditori più capaci utilizzano inconsciamente il **linguaggio ipnotico**. (PnlCMA)

All'interno dell'*atto comunicativo* lo sperimentatore è ricevente, mentre come emittente può apparire sia l'ipnotizzatore sia una parte dello stesso sperimentatore:

- (540) Nella condizione di *trance ipnotica* l'individuo inoltre **ascolta... ascolta** [...] le informazioni fornite dal **subconscio**. Nella condizione di *trance ip-*

*notica l'individuo egualmente riceve... riceve le informazioni dall'ipnotista [...] (IaiI)*

Anche se il legame tra l'*ipnosi* e la *comunicazione* non è così complesso come il rapporto tra la *comunicazione* e il *sogno*, rappresenta comunque una parte importante del concetto.

## 5.8. L'*ipnosi* come *persona*

La visione dell'*ipnosi* come *persona* assomiglia alla concettualizzazione analoga della *meditazione* nel punto di apparire sia come un *essere vivente* sia come una *persona più potente dello sperimentatore*.

Anche l'*ipnosi* come *essere vivente nasce e dà vita*:

(541) *L'ipnosi nasce, non da una tecnica, ma da un coinvolgimento progressivo nel racconto. (GPI/2006/01)*

(542) *Il Metodo nasce dall'Ipnosi Dinamica scoperta da Stefano Benemeglio. (DaO)*

Però, non abbiamo trovato i casi in cui l'*ipnosi* nutre o muore. Ci sono invece degli esempi indicanti lo *sviluppo* dell'*ipnosi*:

(543) *L'ipnosi [...] quando si sviluppa in modo completo corrisponde alle varie fasi del processo dell'addormentarsi. (GPI/2006/02/24)*

(544) *L'evoluzione dell'ipnosi tuttavia, l'abbiamo nel secolo scorso col medico e psichiatra M. Erickson. (Salutare19)*

Abbastanza spesso possiamo anche trovare domande (e a volte pure risposte) sulla *natura* dell'*ipnosi*:

(545) *[...] non c'è ancora consenso riguardo alla natura dell'ipnosi. (UIC)*

(546) *[...] per dare maggiore chiarezza a coloro che si interrogano su quella che possa essere la natura di una trance ipnotica. (AvI)*

Come nel caso della *meditazione*, quando l'*ipnosi* appare come una *persona*, di solito è superiore ma bendisposta sia verso l'ipnotista sia verso lo sperimentatore:

(547) *L'ipnosi ci consente di superare un pregiudizio piuttosto radicato [...] (IiC)*

- (548) *L'ipnosi permette l'organizzazione del mondo esperienziale del soggetto [...]* (GII/2000/10)
- (549) *L'ipnosi offre un naturale approccio olistico allo sport, integrando mente e corpo.* (NPASI)

A volte è accusata di commettere un reato o un'azione spiacevole per lo sperimentatore:

- (550) [...] *molte truffe e rapine sono state spiegate chiamando in causa l'Ipnosi, fino alla genesi del termine specifico "ipnorapine".* (UIC)
- (551) *In questo caso l'ipnosi potrebbe liberare le emozioni negative rimaste compresse nell'inconscio.* (IwIr)

Concludendo, nonostante le somiglianze con la concettualizzazione della *meditazione*, gli esempi d'*ipnosi* come *persona umana* sono molto più rari e meno diversificati che nel caso della *meditazione*.

### 5.9. L'*ipnosi*: una disciplina o una pratica religiosa?

Visto che le persone che si occupano dell'*ipnosi* frequentemente devono lottare contro vari pregiudizi, molto spesso sottolineano l'aspetto scientifico del concetto. Allora l'*ipnosi* è presentata come *scienza*:

- (552) [...] *ipnosi è [...] una branca della scienza con effetti rigorosamente misurabili.* (GsS)
- (553) *Scherzi a parte, l'ipnosi è una disciplina seria.* (CpaIa)

L'*ipnosi* come *materia d'insegnamento* può essere insegnata a scuola o come *oggetto di ricerca*, studiata all'università:

- (554) *In alcune scuole di medicina, soprattutto negli USA e in Inghilterra, l'ipnosi è compresa tra le materie di insegnamento [...]* (PPAP)
- (555) *Lo studio e la ricerca sull'ipnosi ha seguito varie strade durante questi ultimi cento anni [...]* (IaiA1)

Può anche apparire come il *soggetto delle teorie* oppure come la stessa *teoria scientifica*:

- (556) *Le sue **puntualizzazioni teoriche sull'ipnosi** sono interessanti e straordinariamente moderne.* (GPI/2006/02/24)
- (557) [...] *nell'**ipnosi classica** si usa suddividere la trance in diversi stati [...]* (LiC)

I testi che raccontano le origini dell'*ipnosi* la presentano come una *pratica religiosa o magica*:

- (558) *La storia dell'ipnosi inizia nella notte dei tempi ed è strettamente connessa con la storia **religiosa** dell'umanità: essa faceva parte dell'**insegnamento iniziatico dei culti misterici** orientali e occidentali (la **praticavano** ancora i **sacerdoti druidi** nell'Irlanda di San Patrizio).* (NmG)
- (559) *Quando la terapia era vista come un'esperienza mistica, l'ipnosi era ritenuta un **rituale religioso** [...]* (CpaIa)

Per di più, nell'esempio seguente possiamo osservare una metafora strutturale (o costellazione metaforica) in cui l'*ipnosi* appare come una *pratica eretica*, respinta dalla *religione ufficiale*:

- (560) *In quegli anni l'Ipnosi è stata oggetto di una vera e propria **caccia alle streghe**: i medici ritenuti "**colpevoli**" di **praticarla**, venivano sistematicamente allontanati e sollevati dai loro incarichi. Molti medici, per evitare di **macchiarsi d'Eresia**, furono costretti a praticarla segretamente.* (UIC)

Questa metafora è conforme alla visione della *scienza come guerra religiosa* trovata da Olaf Jäkel (2003: 293–305) nelle opere di Thomas S. Kuhn (1962, 1979): la medicina tradizionale appare come la religione dominante che cerca di distruggere l'*ipnosi* come *indizio di eresia*.

Oltre ad apparire come una *disciplina scientifica* o *pratica religiosa* l'*ipnosi* si manifesta come una *disciplina pratica* in cui si può raggiungere il successo o grazie alle capacità innate oppure tramite l'allenamento:

- (561) [...] *la sensibilità ipnotica o responsività può essere modificata e **incrementata con l'addestramento**, per cui anche un soggetto refrattario in teoria potrebbe **sviluppare** con l'**allenamento** una sensibilità all'induzione.* (AvI)
- (562) [...] *i soggetti dotati di maggiore **talento ipnotico** sono quelli con maggiore **capacità** di astrazione, cioè dotati di maggiore creatività.* (CpaIa)

Il fatto che il talento sia uno degli elementi che possono determinare il successo dello sperimentatore accomuna l'*ipnosi* all'*arte*, con la quale a volte viene immedesimata:

(563) *L'ipnosi è l'arte di migliorare la qualità della nostra vita [...]* (IaiA2)

(564) *L'Ipnosi è un'arte perché ci sono infiniti modi di giocare con la realtà soggettiva ed alterarla — sia tua sia di qualcun altro.* (DtnI)

## 5.10. Il riassunto dell'analisi dell'*ipnosi*

Come nei casi precedenti, i risultati della nostra ricerca sul concetto d'*ipnosi* presentiamo in forma di un elenco strutturato. Analogamente all'elenco rappresentante le concettualizzazioni del *sonno*, gli elementi comuni a due visioni più generali abbiamo indicato con un asterisco (nel primo caso) e con un punto (nel secondo).

L'*ipnosi* può apparire come:

### 1. *Mezzo*:

- a) *strumento / insieme di strumenti* (impiegare / utilizzare ipnosi per; efficace, prezioso, utile; ipnosi funziona),
- b) *macchina* (meccanismi; ipnosi produce; operatore di ipnosi),
- c) *mezzo di guarigione*:
  - *cura*,
  - *terapia* (strumento / metodo / rimedio terapeutico),
  - *arma* (per debellare malattia; nella lotta contro dolore / dipendenze),
- d) *mezzo di trasporto* (per arrivare; ipnosi porta in):
  - *treno*,
  - *aereo* (pilota, passeggero),
- e) *mezzo di studio* (attraverso ipnosi si impara, ipnosi aiuta a scoprire),
- f) *mezzo di comunicazione\** (per entrare in comunicazione, strumento che dialoga).

### 2. *Comunicazione* (comunicazione profonda; capacità di comunicare; momento di comunicazione; comunicarsi, ascoltare):

- a) *modo di comunicare* (comunicazione ipnotica, modelli comunicativi, linguaggio ipnotico, stile comunicativo),
- b) *mezzo di comunicazione\**,
- c) *base di comunicazione*.

### 3. *Forza*:

- a) *forza dominante* (sottoporsi a ipnosi, essere sotto ipnosi, abbandonarsi a ipnosi, ipnosi sopravviene, insorge),
- b) *forza nemica\** (resistere contro ipnosi, essere forzati a cedere a ipnosi).

### 4. *Disciplina*:

- a) *disciplina scientifica*:

- *oggetto di studio* (studio di ipnosi, materia di insegnamento, argomento di corsi, oggetto di ricerca),
- *teoria scientifica* (ipnosi classica, ipnosi moderna),
- b) *disciplina pratica*:
  - *capacità* (allenamento, addestramento, talento): arte,
  - *pratica religiosa* (rituale, sacerdoti, culto, eresia).
- 5. **Trance** (trance ipnotica, trance profonda).
- 6. **Sonno** (sonno ipnotico; risvegliare, svegliarsi).
- 7. **Luogo**:
  - a) *contenitore* (profondità; gradualità, livelli; andare / entrare in ipnosi, accedere a; trovarsi in; essere posto / messo / trascinato in):
    - *luogo opprimente* (liberare da ipnosi),
  - b) *luogo non delimitato* (arrivare a / raggiungere; essere condotto / portati a; terreno).
- 8. **Viaggio**:
  - a) *via* (strada che conduce, *ponte* alla destinazione),
  - b) *destinazione* (arrivare a, raggiungere, andare in, entrare in).
- 9. **Organismo vivo** (ipnosi nasce, dà la vita, si sviluppa; natura dell'ipnosi):
  - a) *persona* (ipnosi consente / permette, offre; ipnosi viene chiamata in causa).
- 10) **Liquido** (immergersi, sprofondare in):
  - a) *fiume* (ipnosi confluisce, scaturisce).
- 11. **Avversario\*** (essere prede di ipnosi; avere paura di ipnosi; ipnosi è pericolosa).

Durante l'analisi dell'*ipnosi* abbiamo osservato che, sebbene molte delle sue concettualizzazioni si basino sugli stessi domini origine come le visioni degli altri stati di coscienza, il grado di proiezione della loro struttura sul concetto d'*ipnosi* è spesso inferiore. Questa caratteristica si manifesta nel nostro elenco che riassume la concettualizzazione dell'*ipnosi* tramite un numero elevato di concettualizzazioni generali correlato alla loro scarsa suddivisione. Un'eccezione costituisce la visione dell'*ipnosi* come *mezzo* per raggiungere uno scopo, che è la metafora centrale del concetto.

La visione del concetto d'*ipnosi* termina le analisi sugli stati di coscienza alterata effettuate in questo lavoro. Nella parte seguente presenteremo conclusioni generali tratte dalla nostra ricerca.

# Conclusioni

Durante le analisi effettuate nella parte precedente della nostra tesi, abbiamo cercato di individuare le concettualizzazioni degli stati di *sonno*, di *sogno*, di *meditazione* e d'*ipnosi*. Inoltre, abbiamo esaminato i momenti di passaggio dalla veglia a questi stati di coscienza alterata e vice versa. Perciò, nella parte seguente presenteremo i modelli dei concetti analizzati indicando le somiglianze e le differenze esistenti tra di loro.

## I modelli delle concettualizzazioni degli stati analizzati

Concludendo il nostro lavoro vogliamo presentare le concettualizzazioni di ogni stato analizzato in forma di uno schema, che ci permetterà di indicare delle relazioni esistenti tra le varie visioni. Tuttavia, dato che uno schema è per definizione una rappresentazione semplificata e funzionale, per non offuscare la visione generale, dimostreremo solo i rapporti più importanti, omettendo i domini richiamati indirettamente dalle concettualizzazioni da noi individuate.

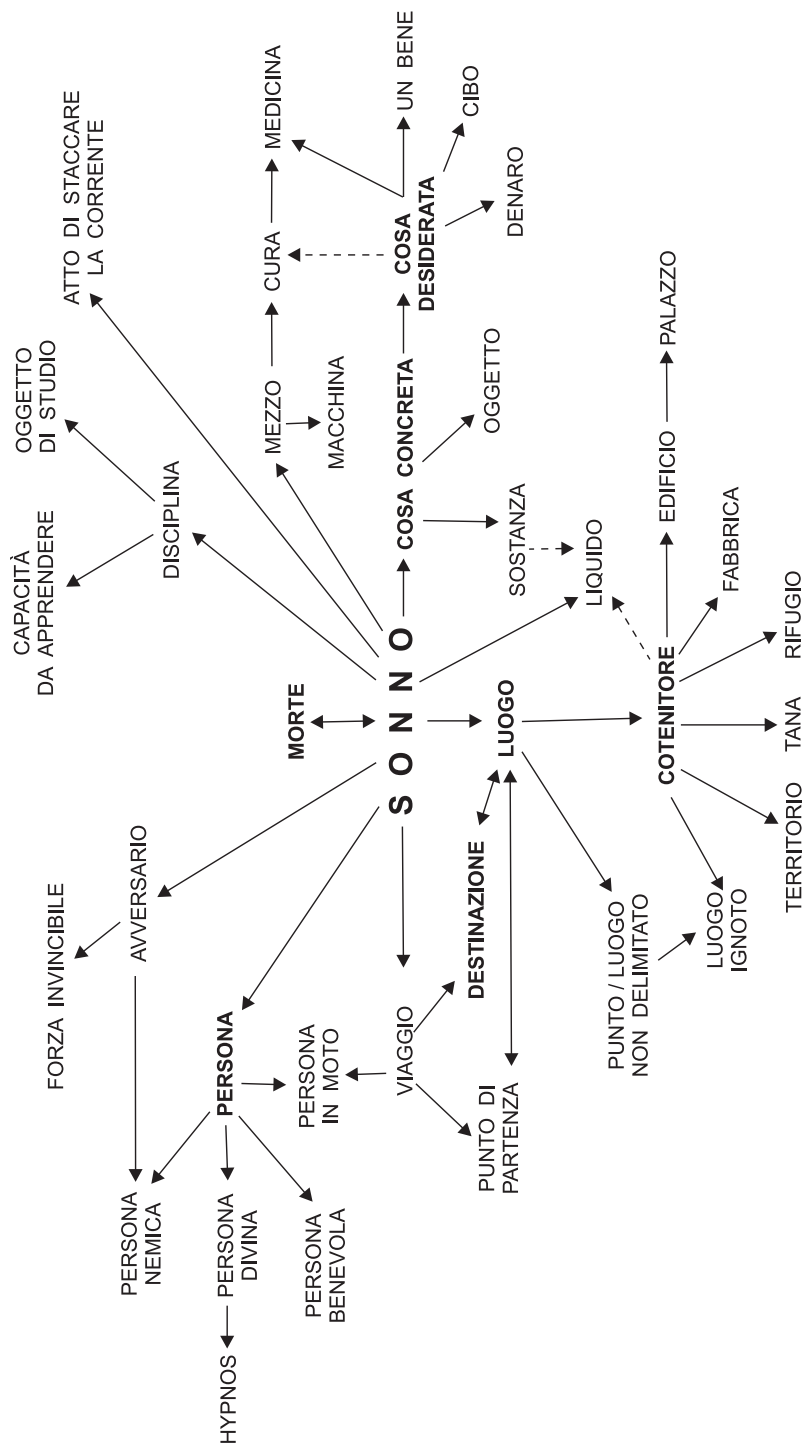
### **Il modello della concettualizzazione del *sonno***

Per sistemare la visione del concetto di *sonno* abbiamo cercato di presentarlo attraverso lo schema n° 1.

Una posizione speciale su quello schema è riservata al concetto di *morte* unito con il *sonno* tramite una freccia con due punte, il che indica la relazione reciproca esistente tra i due concetti. I legami tra le altre visioni del *sonno* sono presentati dalle frecce che puntano o direttamente dal *sonno*, oppure dalle sue concettualizzazioni più generali verso quelle più specifiche.

Conformemente alla metafora concettuale, secondo la quale, GLI STATI SONO LUOGHI, la parte centrale del modello appartiene al *sonno* concepito





Schema n° 1: Il modello della concettualizzazione del sonno

come un *luogo* con o senza i confini delimitati. Il più delle volte il *sonno* appare come un *contenitore* che può avere le caratteristiche di un *edificio*, di una *fabbrica*, o di un *territorio*, può essere presentato come una *tana* o un *rifugio*. Quando invece non possiede confini è difficile giudicare se sia solo un *punto nello spazio* oppure un *terreno* più grande. Intanto la presenza delle preposizioni *in* e *a* quando il *sonno* si manifesta come un *luogo ignoto* indica che come tale il *sonno* può, ma non deve avere confini.

Le concettualizzazioni di un altro gruppo rappresentano il *sonno* come una *cosa concreta*, che possiede un certo peso, una struttura e una consistenza. Allora il *sonno* può apparire come un *oggetto* o una *sostanza*. Intanto le *cose desiderate* rappresentanti il *sonno* non sempre possono essere identificate come un *oggetto* o una *sostanza*. Sia un *bene* prodotto e acquistabile, sia una *medicina* possono apparire o sotto forma di una *sostanza* o di un *oggetto*. Per di più, il *sonno* come *cura*, pur essendo desiderato, non sempre deve essere visto come una cosa concreta (il che indica sullo schema la linea tratteggiata tra due concetti). Anche il *cibo* può essere trattato o come una *sostanza* o un *insieme di oggetti* da mangiare. Il *sonno* come *denaro*, possiede la struttura di una *sostanza*, visto che non è numerabile e viene contato in ore. Tuttavia, la struttura delle *cose desiderate* non è la loro caratteristica principale. Perciò, non l'abbiamo presentata sul nostro schema.

La relazione tra il *liquido* e la *sostanza* è indicata sullo schema attraverso una freccia con linea tratteggiata, perché essere *sostanza* è una qualità importante del *liquido*, non è però accentuata nella concettualizzazione del *sonno* come *liquido*. Al contrario, nei testi analizzati ci sono degli esempi in cui il *sonno* come *liquido* è legato al concetto di *contenitore* tramite la preposizione *in*, nonostante il fatto che non possieda limiti stabili, che sono una qualità essenziale del *contenitore*. Perciò anche questo rapporto è stato rappresentato tramite una linea tratteggiata. Un'altra concettualizzazione importante è il *sonno* presentato come una *persona*, che spesso è benevola ma a volte appare come *avversario dello sperimentatore*. Tuttavia il *sonno* presentato come *avversario* non sempre deve essere immedesimato con una *persona*. Quando *attacca* potrebbe essere una *persona*, un *animale* o un'altra *forza nemica*. Non di rado appare come una *forza invincibile* alla quale lo sperimentatore cerca di *resistere* ma a cui di solito deve *cedere*. Inoltre si manifesta come una *persona divina* quando è rappresentato come dio *Hypnos*. Per di più, possiamo assumere che il *sonno in moto* nel ruolo di Proto-Agente è una *persona umana* dato che l'uomo è il prototipo dell'entità in moto autopropulso. Al contrario, nei casi frequenti quando il *sonno* come Proto-Paziente è *indotto* allo sperimentatore non c'è nessun indizio che il *sonno* sia una *persona*.

Al campo di moto è anche legata un'altra concettualizzazione del *sonno*, che lo presenta come un *viaggio* oppure come la sua *finalità* o tanto più raramente come il *punto di partenza*. Visto che il *sonno* come *punto di partenza*

o *destinazione* di un *viaggio* appare come un *luogo* e vice versa, il *sonno* come *luogo* può essere il *punto di partenza* o la *finalità* dello sperimentatore, sullo schema la relazione reciproca tra due visioni è indicata dalle frecce a due punte.

Nei testi scientifici e divulgativi il *sonno* non di rado appare come una *disciplina* che può essere *imparata* o *appresa* come una *capacità* oppure manifestarsi come *oggetto di studio* in cui ci si può *specializzare*. Un'altra concettualizzazione, abbastanza rara, è il *sonno*, o piuttosto il momento dell'*addormentamento* concepito come *atto di staccare la corrente*, in cui il cervello appare come un apparecchio elettrico. Inoltre, abbiamo presentato sullo schema la concettualizzazione del *sonno* come *mezzo*, che si manifesta quando il *sonno* possiede elementi della struttura di una *macchina* oppure serve per un certo scopo come la *guarigione*.

### Il modello della concettualizzazione del sogno

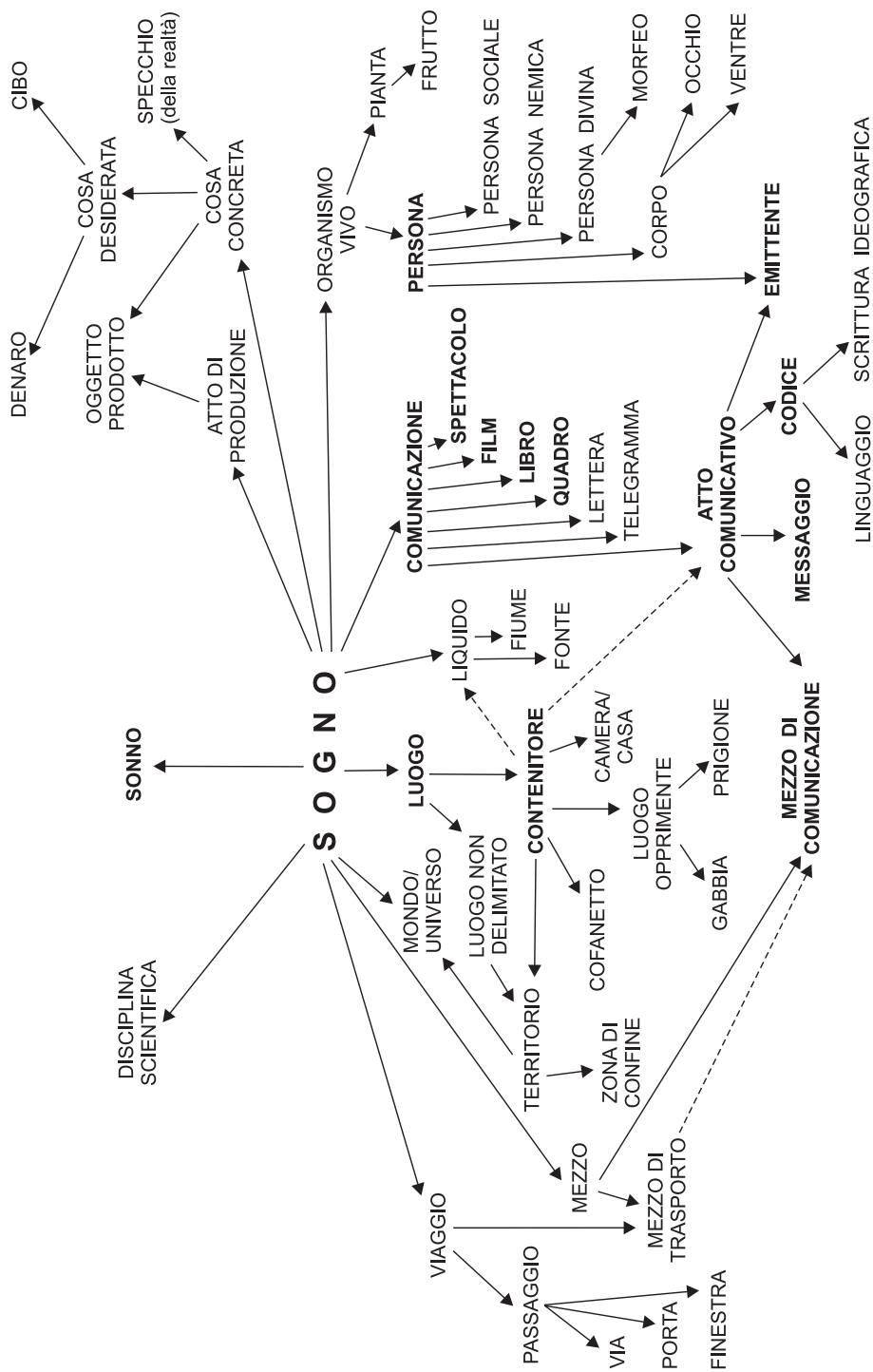
Nonostante varie somiglianze, lo schema n° 2, rappresentante le concettualizzazioni del *sogno*, è molto più complesso del modello precedente.

Un legame importante unisce il *sogno* al concetto di *sonno*. La relazione tra le due nozioni però non è reciproca come nel caso del *sonno* e la *morte*, visto che le definizioni del *sogno* si riferiscono al *sonno*, ma non viceversa.

La metafora centrale del concetto presenta il *sogno* come *comunicazione* (sensu largo), che può prendere forme di: *film*, *spettacolo*, *quadro*, *libro* o, più raramente, di *lettera* o di *telegramma*. La più dettagliata proiezione della struttura ha luogo quando il *sogno* appare come un *film* o come uno *spettacolo teatrale*. Come *atto di comunicazione* il *sogno* fornisce informazioni tramite vari *codici* e *canali* da un *emittente* a un *ricevente*, però può anche apparire come ognuno di questi elementi. Nella veste di *canale* il *sogno* appare come *mezzo di comunicazione* fondato sulla struttura del *sogno* concepito come *mezzo di trasporto* (il che indica sullo schema una freccia tratteggiata che punta dal *mezzo di trasporto* al *mezzo di comunicazione*). Quando è *emittente* si manifesta come una *persona*. Il *sogno* come *atto di comunicazione* può apparire come un *contenitore*. Tuttavia, dato che non sempre l'*atto di comunicazione* assume la struttura di un contenitore, anche questo rapporto è indicato sullo schema da una freccia tratteggiata.

Intanto, il *sogno* come *contenitore* può anche manifestarsi come *cofanetto* che *racchiude* delle cose segrete, come *casa* / *camera* dello sperimentatore in cui può *entrare* lui stesso e delle altre persone o cose. Raramente appare anche come un *luogo opprimente*, in forma di *gabbia* o di *prigione*.

A volte lo schema di contenitore si manifesta tramite la preposizione *in*, nelle concettualizzazioni del *sogno* come *territorio*, la sua proiezione però non è tanto forte, vista la mancanza frequente di confini precisi. Es-



Schema n° 2: Il modello della concettualizzazione del sogno

sendo *territorio* di varie dimensioni il *sogno* è presentato come una *zona che confina* o è *confine*, come *mondo* o *universo* (negli ultimi due casi la proiezione della struttura non si limita alla visione del *sogno* come *territorio*, perciò sullo schema *mondo* e *universo* sono legati al *sogno* anche direttamente).

Anche nelle espressioni *essere immerso* / *sprofondare nel sogno* i confini del *sogno* come *liquido* non sono stabili, perciò, nonostante la presenza della preposizione *in*, il legame tra il *sogno* e il *contenitore* viene indicato con la freccia tratteggiata. Intanto lo schema di *CONTENITORE* non si manifesta quando il *sogno-liquido* appare come un *fiume* o una *fonte*.

Essendo *emittente* il *sogno* si manifesta come *persona*. È anche personificato come il dio *Morfeo*. A volte il *sogno* come *persona* appare come *avversario* dello sperimentatore ma in altre concettualizzazioni del genere l'accento viene posto sul suo ruolo positivo nella società. Il *sogno* può essere presentato più generalmente come un *organismo vivo* quando sono messe in rilievo le sue caratteristiche biologiche, tra cui il possesso di un *corpo*, il che porta a un'altra visione, abbastanza rara, del *sogno* come *organo del corpo* e più precisamente come *occhio* o come *ventre*.

Il *sogno* come *organismo vivo* può essere anche una *pianta* che è *seminata* e *coltivata* dallo sperimentatore e che possiede *radici* e *fiori*. In questo caso, analogamente alla visione precedente il *sogno* può apparire anche come una *parte della pianta* — il *frutto*.

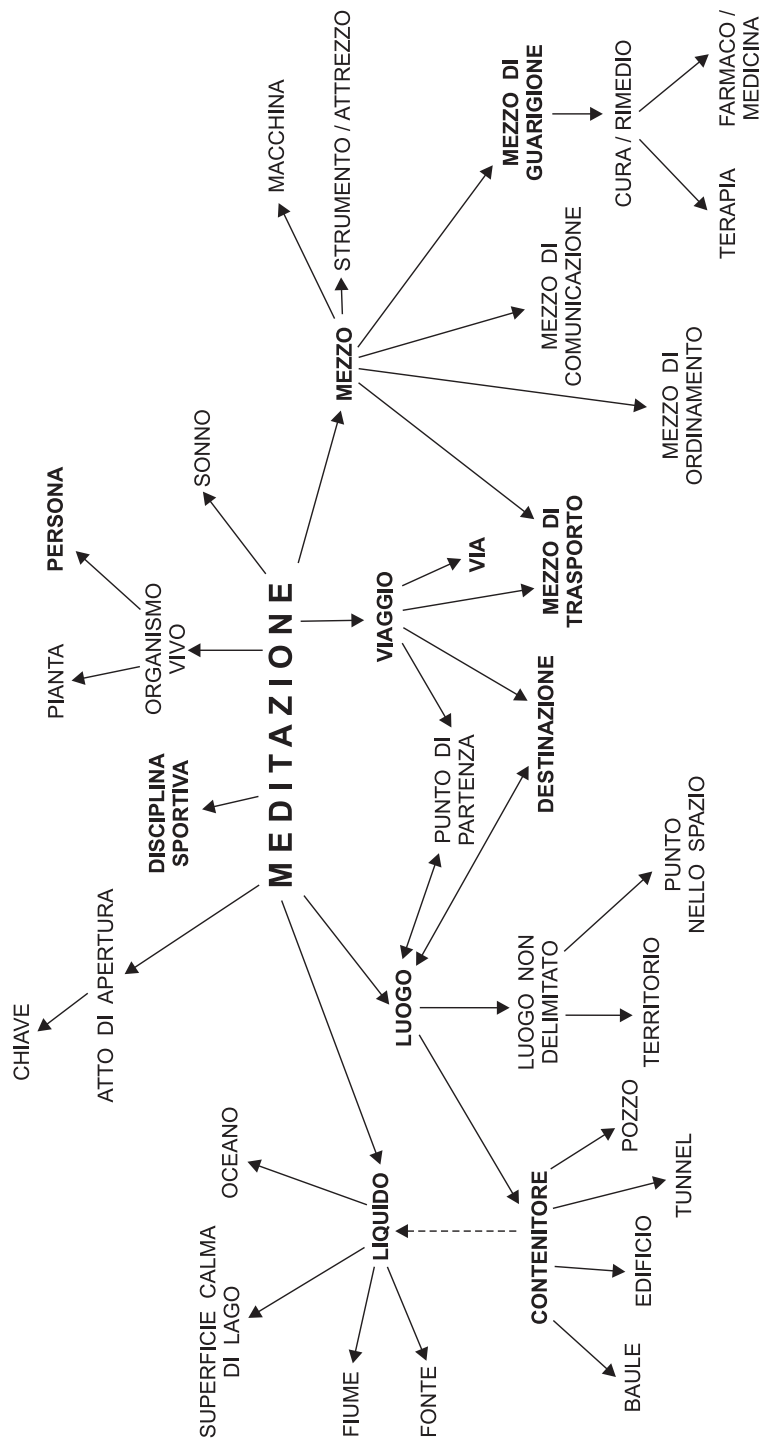
Un'altra visione del concetto è il *sogno* rappresentato come *viaggio*. In questo caso spesso non possiede un percorso preciso. Intanto il rilievo viene posto sul *passaggio* quando il *sogno* si manifesta come *via*, *porta* o *finestra*. Come *mezzo di trasporto* i *sogni* possono manifestarsi come *treno* o *tram* quando si muovono sui binari. Molto raramente il *sogno* è presentato come il *punto di partenza* o la *destinazione* del *viaggio*, perciò queste visioni non sono state incluse nello schema.

Nella visione del *sogno* come *oggetto* spesso viene sottolineato il fatto della sua *produzione* / *generazione*. Paragonato alla veglia, il *sogno* può manifestarsi come il suo *specchio*. Inoltre, un sottogruppo variegato, seppure poco numerabile, viene costituito da concezioni di *sogno* come *oggetto prezioso* in cui si possono notare elementi delle strutture di *denaro* o di *cibo*.

L'ultima delle concettualizzazioni è presente soprattutto nei testi specialistici e presenta il *sogno* come una *disciplina scientifica*, che può essere un *oggetto di studio*, *d'indagine* o *d'analisi*.

### Il modello della concettualizzazione della meditazione

Lo schema n° 3 è il modello della *meditazione*. Una visione principale della *meditazione* è legata al dominio del *viaggio*, la cui struttura è proiettata



Schema n° 3: Il modello della concettualizzazione della meditazione

in una gran parte sul concetto di *meditazione* sia quando essa appare come *viaggio* stesso o uno dei suoi elementi come *origine*, *percorso*, *mezzo* che aiuta a raggiungere la meta o la *finalità* stessa.

Essendo l'*inizio* o la *fine* del *viaggio*, la *meditazione* può apparire come un *punto nello spazio* o un *territorio* più grande (*pianeta*) oppure come un *contenitore*. Il più spesso la *meditazione* come *contenitore* prende forma di un *edificio*. Inoltre, la *meditazione* come *contenitore* può apparire come *tunnel*, *pozzo* o *baule*. Quando, invece, lo sperimentatore appare come un *contenitore* la *meditazione* è concepita come *atto della sua apertura* o una *chiave* necessaria per aprirlo.

Il rapporto tra il *contenitore* e il *liquido* è uguale a quello presente nelle concettualizzazioni di *sonno* e di *sogno*. Tuttavia la *meditazione* è più legata al *liquido* dei concetti precedenti e può apparire come *fiume*, *fonte*, *oceano* o *superficie calma del lago* rappresentante la mente del meditatore.

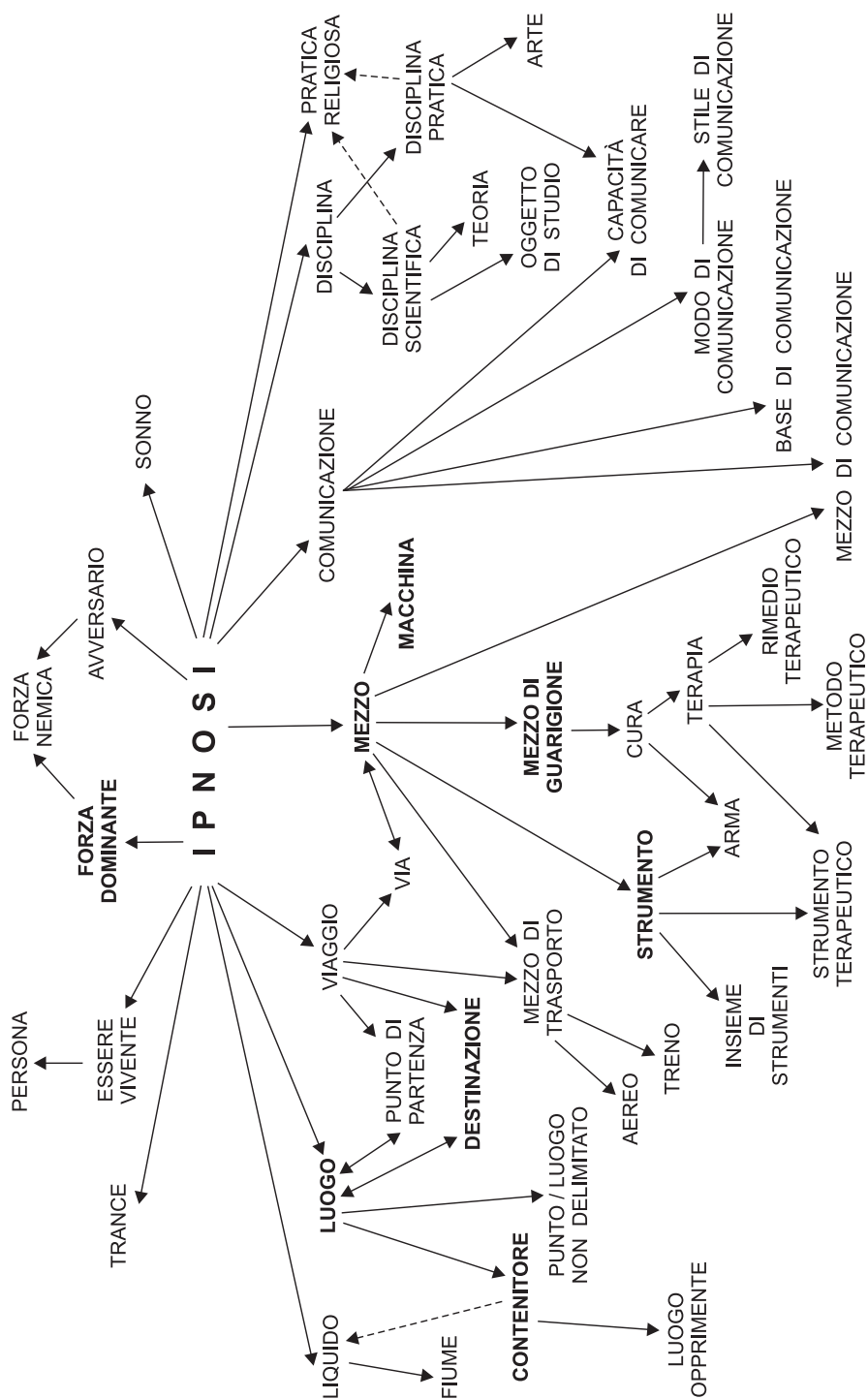
La *meditazione* vista come *mezzo* è legata al dominio di *viaggio* tramite la concettualizzazione della *meditazione* come *mezzo di trasporto*, tuttavia le funzioni della *meditazione* come *mezzo* possono essere molto diverse: a volte appare come uno *strumento* usato *per organizzare lo spazio* oppure come un *mezzo di comunicazione*. Molto spesso si manifesta come *mezzo di guarigione*. Allora può essere presentata in maniera generale come *cura* o *rimedio*, oppure più precisamente come *terapia*, *farmaco* o *medicina*. Oltre a varie funzioni, la *meditazione* possiede la struttura di uno *strumento* mostrandosi come un *attrezzo* o una *macchina* di un certo funzionamento, meccanismo e utilità.

La visione della *meditazione* come *organismo vivo* sia come *persona* che come *pianta* si caratterizza di una notevole proiezione della struttura del dominio origine sul concetto. Le *tecniche meditative*, invece, molto spesso sono rappresentate come una *disciplina sportiva*, in cui lo sperimentatore *si allena*.

### Il modello della concettualizzazione dell'*ipnosi*

Lo schema n° 4 rappresenta il modello dell'ultimo degli stati analizzati — la concettualizzazione dell'*ipnosi*.

Una gran parte dello schema riguarda la visione dell'*ipnosi* come un *mezzo* usato per vari scopi, tra cui il fine più frequente è la *guarigione*. Come tale, l'*ipnosi* può apparire sotto forma generale di *cura* o più precisamente come *terapia* o uno dei suoi elementi, cioè uno *strumento*, un *metodo* o un *rimedio terapeutico*. L'*ipnosi* come *cura* può anche prendere la forma di un'*arma* usata per *lottare* contro una malattia o qualche dipendenza. L'*ipnosi* come *mezzo* può avere la struttura di uno *strumento*, di un *insieme di strumenti* o di una *macchina*. Può essere anche legata al concetto di



Schema n° 4: Il modello della concettualizzazione dell'*ipnosi*



comunicazione. In questa visione l'*ipnosi* può manifestarsi come *mezzo di comunicazione*, può essere *comunicazione* stessa, la sua *base, modo, stile* o *capacità di comunicare*.

Come quest'ultima appartiene alla visione dell'*ipnosi* come *disciplina pratica* che può essere imparata attraverso l'allenamento o grazie al proprio talento, come un'*arte*. Nei testi specialistici l'*ipnosi* è anche presentata come una *disciplina scientifica* che può essere *oggetto di studio* o *teoria scientifica*. Alla concettualizzazione dell'*ipnosi* come *disciplina pratica* è legata l'idea dell'*ipnosi* come *pratica religiosa* o magica, piena di rituali praticati da sacerdoti di culti mistici. Inoltre, l'*ipnosi* come *eresia* è conforme alla visione della *teoria scientifica* come *religione*. Tuttavia, visto che i legami tra *pratica religiosa* e *discipline pratiche e scientifiche* non sempre sono facilmente ritrovabili, sono rappresentati sullo schema dalle frecce tratteggiate.

L'*ipnosi* come *mezzo di trasporto* (che può prendere la forma di un *treno* o di un *aereo*) si unisce al concetto di *viaggio*. Raramente però, appare come il *viaggio* stesso. Anche gli esempi d'*ipnosi* come *percorso* sono piuttosto scarsi. Più spesso l'*ipnosi* è una *destinazione*, che può prendere forma di un *luogo non delimitato* o di un *contenitore*. L'*ipnosi* come *contenitore* è caratterizzata da gradualità e da notevole profondità. Raramente si manifesta come un *luogo opprimente* da cui lo sperimentatore viene *liberato*.

In relazione allo sperimentatore l'*ipnosi* molto spesso appare come una *forza dominante*, a volte come una *forza nemica*. Può anche essere riconosciuta come *avversario* pericoloso, di cui lo sperimentatore ha paura. È invece amichevole quando si manifesta come una *persona* che *offre, consente, permette* ecc. L'*ipnosi* come *persona* appare più generalmente come un *essere vivente* quando *nasce, dà vita, evolve*, ha una certa *natura*.

Non di rado l'*ipnosi* è identificata con lo stato di *trance*, mentre la rappresentazione del passaggio dall'*ipnosi* alla veglia prende struttura dello stato di *sonno*. Raramente, invece, l'*ipnosi* appare come un *liquido* in cui lo sperimentatore *si immerge*, o come il *fiume*.

### **Le differenze e le somiglianze nelle concettualizzazioni degli stati di coscienza alterata analizzati**

Paragonando i modelli dei quattro concetti possiamo osservare che la concettualizzazione di ogni stato analizzato si basa su un'altra metafora centrale: il *sonno* molto sovente è rappresentato come una *cosa concreta* o un *contenitore*; per il *sogno* la più importante è la metafora della *comunicazione*; l'*ipnosi* il più delle volte appare come un *mezzo* usato a diversi scopi, mentre la *meditazione* è più legata alla metafora del *viaggio*, sebbene anche essa frequentemente svolga il ruolo di uno *strumento*.

Nonostante le differenze nella visione centrale, possiamo facilmente trovare anche elementi comuni per tutte le concettualizzazioni. La nostra analisi ha confermato la veridicità della metafora primaria secondo la quale gli *stati* sono concepiti come *luoghi*, visto che la ritroviamo in tutti i quattro modelli sotto forma di un *luogo non delimitato* o di un *contenitore*.

Anche il *viaggio* o, per lo meno, alcuni dei suoi elementi, rappresentano metaforicamente tutti gli stati di coscienza alterata analizzati, sebbene la loro posizione sia diversa in ogni concetto. La proiezione più complessa del *viaggio* si manifesta nel concetto di *meditazione*, dove lo stato di coscienza alterata può apparire o come il *viaggio* stesso o come il *percorso*, il *mezzo di trasporto*, il *punto di partenza* o la *destinazione*, mentre lo sperimentatore è un *viaggiatore* o un *pellegrino* che da solo o in compagnia cerca di superare gli *ostacoli* e di non lasciarsi catturare in *trappole* raffiguranti i suoi pensieri. Nelle concettualizzazioni degli altri stati analizzati, questa visione è più ridotta. Nel *sonno* si limita a immedesimarli nel *viaggio* o presentarlo come il *punto di partenza* o la *meta* dello sperimentatore. Nell'*ipnosi* il più spesso appare come la *finalità* e il *mezzo di trasporto*. Nel *sogno*, invece, in primo piano emerge l'atto di *passaggio* rappresentante lo stato come *percorso* o *porta* che conducono da un luogo all'altro.

Un'altra concettualizzazione presente in tutti gli stati è la loro personificazione, che profila soprattutto alcune parti del dominio origine come: le caratteristiche fisiologiche, l'abilità di pensare e la posizione sociale in riferimento allo sperimentatore. Intanto il *sonno* e il *sogno* possono apparire come *persone divine*: *Hypnos* e *Morfeo*.

Le caratteristiche fisiologiche sono presenti anche in riferimento a un'altra visione che presenta i concetti di *sogno* e di *meditazione* come *piante*, la visione assente negli altri *stati* analizzati.

È invece presente in tutti i concetti l'idea dello stato come *liquido*. Tuttavia, non è mai una metafora dominante. Nello stato di *sonno* essa si manifesta solo attraverso il verbo *immergersi*. Anche per l'*ipnosi* è una concettualizzazione marginale, sebbene un po' più strutturata. In maniera più forte l'*acqua* è legata alla *meditazione* che può apparire come *fiume*, *fonte*, *oceano*, *liquido* in cui ci si immerge o la *superficie calma del lago*. Le prime due manifestazioni, cioè *fiume* e *fonte*, appaiono anche, accanto all'immersione dello sperimentatore, come rappresentazioni dello stato di *sogno*.

L'ultima visione presente in tutti i concetti si manifesta più spesso nei testi scientifici o divulgativi in cui lo stato di coscienza alterata appare come una *disciplina*. Anche qui, però, possono essere profilati vari elementi e perciò a volte lo stato prende struttura di una *disciplina scientifica*, che può essere un *oggetto di studio teorico*, di *ricerca* / *analisi* / *indagine approfondita*, oppure la stessa *teoria*. Negli altri casi, essendo una *disciplina pratica*, può manifestarsi come *capacità*, *sport*, *arte* e perfino come *pratica religiosa*.

Siccome ci sono molti punti in comune nelle concettualizzazioni degli stati di coscienza alterata analizzati in questo lavoro, che però variano d'importanza per ciascuno degli stati, abbiamo deciso di presentarli in forma di una tabella (tabella n° 3) in cui al maggior numero di crocette corrisponde una proiezione del dominio origine più complessa.

Tabella n° 3

Il paragone delle concettualizzazioni degli stati di coscienza alterata analizzati

Concettualizzazioni		Sonno	Sogno	Meditazione	Ipnosi
1		2	3	4	5
Luogo	contenitore	+++	+++	+++	+++
	luogo non delimitato	++	++	++	++
Viaggio	viaggio	++	++	+++	
	punto di partenza	+	+	+	+
	via		++	+++	+
	destinazione	+++	+	+++	++
	mezzo di trasporto		++	+++	++
Mezzo	mezzo di guarigione	++		+++	+++
	mezzo di comunicazione		+++	+	++
	mezzo di studio				+
	mezzo di ordinamento			+	
	strumento / attrezzo			+++	+++
	macchina			++	+++
Organismo vivo	organismo vivo	+	++	++	++
	persona	+++	+++	+++	++
	pianta		++	++	
Avversario	avversario	++			+
	persona nemica	++	+		+
	forza nemica	+			+
Forza	forza dominante	++			+++
Liquido	liquido	+	++	++	+
	fiume		++	++	+
	fonte		+	+	
	oceano			+	
	superficie del lago			++	
Disciplina	scientifica	++	++		++
	pratica	++		+++	++
Cosa concreta	oggetto	++	++		
	sostanza	++			
	cosa desiderata	+++	++		

1		2	3	4	5
Comunicazione	comunicazione		+++		++
	elementi di comunicazione		+++		++
	forme di comunicazione		+++		
Altri stati di coscienza	altri stati di coscienza		+		
	sonno		+++	+	++
	morte	++			
	trance				++
Atto di spegnere la corrente		+			
Atto di apertura				++	
Atto di produzione			++		

Tra i concetti esaminati, abbiamo paragonato gli stati di coscienza alterata sperimentati da tutti, cioè il *sonno* e il *sogno*, a quelli di cui non tanti hanno un'esperienza diretta (la *meditazione* e l'*ipnosi*) e abbiamo osservato che gli stati più vicini alla nostra esperienza sono rappresentati, tra l'altro, dai concetti più semplici come *sostanze*, *oggetti* manipolati o prodotti oppure *beni* di prima necessità come *cibo* o *denaro* i quali appaiono come *meta* (*finalità*) dello sperimentatore. La *meditazione* invece, e soprattutto l'*ipnosi* appaiono più spesso come *mezzi* utilizzati per raggiungere vari scopi. Ovviamente anche nelle concettualizzazioni d'*ipnosi* e di *meditazione* ritroviamo le visioni di *oggetti* e *sostanze*, si riferiscono però, a concetti più strutturati come *edificio*, *baule*, *macchina*, *medicina*, *fiume*, *fonte* ecc. per cui il fatto di essere un oggetto o una sostanza costituisce solo una delle qualità e non la caratteristica centrale proiettata sullo stato di coscienza.

Inoltre, esaminando il dominio di *comunicazione* abbiamo osservato come sia legato agli stati di *sogno* e d'*ipnosi*, e come invece sia assente nelle concettualizzazioni di *sonno* e di *meditazione*. Siccome alla comunicazione devono far parte tutti gli elementi dell'atto comunicativo, il *sonno* e la *meditazione* non possono essere legati a questo concetto, perché sono degli stati a cui non partecipa un'altra persona (reale o immaginaria) e soprattutto perché sono degli stati senza pensieri, in cui il contatto dello sperimentatore con il mondo esteriore è molto limitato.

La maggioranza degli esempi presi dal nostro corpus presenta tutti gli stati di coscienza alterata da noi analizzati come concetti positivi, ma solo nella *meditazione* non è stata trovata nessuna concettualizzazione esplicitamente negativa. Nel resto dei casi possiamo osservarla sotto forma di un *avversario*, che può essere o una *persona* o una *forza nemica*, oppure quando appare come un *luogo opprimente* in cui lo sperimentatore rimane imprigionato o dal quale cerca di tirarsi fuori o viene liberato.

Potrebbe stupire il fatto che anche il *sogno* — la cui valutazione positiva è così fortemente sottolineata sia dalla direzione dello sviluppo del concetto sia dalle sue varie visioni — appaia relativamente spesso come fenomeno negativo. Avviene così, perché in questi casi il *sogno* è usato come iperonimo di *incubo*.

Nella nostra analisi non abbiamo rilevato un legame diretto tra il moto all'ingiù e la valutazione negativa. Intanto, grazie all'analisi di proto-ruoli tematici, abbiamo scoperto che il valore negativo viene attribuito all'involontaria mancanza di controllo da parte dello sperimentatore sia quando il passaggio avviene a uno degli stati di coscienza alterata, che allo stato di veglia. Dobbiamo, però, sottolineare che quando lo sperimentatore accetta volontariamente di cedere il controllo allo stato stesso o a un altro partecipante, la valutazione dello stato rimane positiva indipendentemente dalla direzione dello sperimentatore.

Concludendo, vogliamo aggiungere che il nostro lavoro, non solo ha presentato il confronto tra i concetti di *sonno*, *sogno*, *meditazione* e *ipnosi*, ma anche apre la strada agli studi successivi sugli altri stati di coscienza alterata e propone una riflessione sul ruolo del rapporto tra il *sonno* e la *morte* nella prospettiva della tesi di senso unico della proiezione metaforica.

## Riferimenti bibliografici

- Anderson J.M., 1971: *The Grammar of Case: Towards a Localistic Theory*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Baker M., 1985: *Incorporation: A Theory of Grammatical Function Changing*. MIT dissertation. Cambridge, MA.
- Balconi M., 2006: *Psicologia degli stati di coscienza. Dalla coscienza percettiva alla consapevolezza di sé*. Milano, LED.
- Baldauf Ch., 1997: *Metapher und Kognition. Grundlagen einer neuen Theorie der Alltagsmetapher*. Frankfurt, M.P. Lang.
- Bellezza D., 1994: *Avversario*. Milano, Mondadori.
- Bertuccioli M., 2004: *Carlos Castaneda e i navigatori dell'infinito*. Milano, Mimesis.
- Bhate S., Kak S., 1993: *Panini's Grammar and Computer Science*. "Annals of the Bhandarkar Oriental Research Institute" 72, pp. 79–94.
- Bierwiazzonek B., 1995: *Love in Frames and Scripts*. In: *New Trends in Semantics and Lexicography*. Ed. H. Kardela, G. Persson. Umeå.
- Bierwiazzonek B., 1997: *On the Concept of Love*. "Linguistica Silesiana" 18, pp. 93–110.
- Bierwiazzonek B., 2002: *A Cognitive Study of the Concept of LOVE in English*. Katowice, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Black M., 1954: *Metaphor*. "Proceedings of the Aristotelian Society" 55, pp. 273–294.
- Black M., 1979: *More about Metaphor*. In: *Metaphor & Thought*. Ed. A. Ortony. Cambridge, Cambridge University Press, pp. 19–41.
- Blake F.R., 1930: *A Semantic Analysis of Case*. "Language" 6 (4), pp. 34–49.
- Blumenberg H., 1969: *Paradigmi per una metaforologia*. Bologna, Il Mulino.
- Blumenberg H., 1971: *Beobachtungen an Metaphern*. In: "Archiv für Begriffsgeschichte" 15. Hrsg. K. Gründer. Bonn, pp. 161–214.
- Cardona G.C., 1974: *Panini's Karakas: Agency, Animation and Identity*. "Journal of Indian Philosophy" 2, pp. 231–306.
- Cassirer E., 1998: *Esaj o człowieku: wstęp do filozofii kultury*. Przeł. A. Stanińska. Warszawa, Czytelnik.
- Chomsky N., 1981: *Lectures on Government and Binding*. Dordrecht, Fortis.
- Cienki A., 1998: *Metaphoric Gestures and Some of Their Relations to Verbal Metaphoric Expressions*. In: *Discourse and Cognition: Bridging the Gap*. Ed. J.-P. Koenig. Stanford, CSLI Publications, pp. 189–204.
- Cooper D., 1986: *Metaphor*. Oxford, Blackwell.

- Cruse D.A., 1973: *Some Thoughts on Agentivity*. "Journal of Linguistics" 9, pp. 1–204.
- De Giacomo P., Resnik S., Pierri G., 1980: *Psicologia medica e psichiatria clinica e dinamica*. Padova, Piccin.
- Deane P.D., 1991: *Syntax and the Brain: Neurological Evidence for the Spatialization of Form Hypothesis*. "Cognitive Linguistics" 2, pp. 361–367.
- Deane P.D., 1992: *Grammar in Mind and Brain. Explorations in Cognitive Syntax*. Berlin, Mouton de Gruyter.
- Deane P.D., 1993: *Multimodal Spatial Representations: On the Semantic Unity of 'Over' and Other Polysemous Prepositions*. Duisburg, LAUD.
- Deane P.D., 1995: *Neurological Evidence for a Cognitive Theory of Syntax: Agrammatic Aphasia and the Spatialization of Form Hypothesis*. In: *Cognitive Linguistics in the Redwoods: The Expansion of a New Paradigm in Linguistics*. Ed. E.H. Casad. Berlin/New York, Mouton de Gruyter, pp. 55–115.
- Del Vecchio M., 1997: *Misticismo paranormale e follia*. Napoli, Alfredo Guida Editori.
- Dewell R.B., 1994: *Over Again: Image-Schema Transformations in Semantic Analysis*. "Cognitive Linguistics" 5 (4), pp. 351–380.
- Dewey J., [ristampa] 1958: *Experience and Nature*. New York, Dover Publications [edizione originale: Chicago/London, Open Court 1925].
- Dik S.C., 1978: *Functional Grammar*. Amsterdam, North-Holland.
- Dodge E., Lakoff G., 2005: *Image Schemas: From Linguistic Analysis to Neural Grounding*. In: *From Perception to Meaning: Image Schemas in Cognitive Linguistics*. Ed. B. Hampe. Berlin, Walter de Gruyter, pp. 57–92.
- Dowty D., 1991: *Thematic Proto-Roles and Argument Selection*. "Language" 67, pp. 547–619.
- Fauconnier G., 1985: *Mental Spaces. Aspects of Meaning Construction in Natural language*. Cambridge, Mass. MIT Press [seconda edizione 1994].
- Fauconnier G., Turner M., 1994: *Conceptual Projection and Middle Spaces*. Department of Cognitive Science Technical Report 9401. San Diego, University of California.
- Fauconnier G., Turner M., 1995: *Conceptual Integration and Formal Expression*. "Journal of Metaphor and Symbolic Activity", Vol. 10, n° 3. Ed. M. Johnson, pp. 183–204.
- Fauconnier G., Turner M., 1996: *Blending as a Central Process of Grammar*. In: *Conceptual Structure, Discourse, and Language*. Ed. A. Goldberg. Stanford, CSLI/Cambridge, pp. 113–130.
- Fauconnier G., Turner M., 1998: *Principles of Conceptual Integration*. In: *Discourse and Cognition: Bridging the Gap*. Ed. J-P. Koenig. Stanford, CSLI/Cambridge, pp. 269–283.
- Fillmore Ch., 1966: *Toward a Modern Theory of Case*. In: *The Ohio State University Project on Linguistic Analysis, Report 13*. Columbus, Ohio, pp. 1–24.
- Fillmore Ch., 1968: *The Case for Case*. In: *Universals in Linguistic Theory*. Ed. E. Bach, R.T. Harms. New York, Holt, Rinehart & Winston, pp. 1–90.
- Fillmore Ch., 1982: *Frame Semantics*. In: *Linguistics in the Morning Calm*. Ed. Linguistic Society of Korea. Seoul, Hanshin, pp. 111–138.
- Foley W.A., Valin van R.D., 1984: *Functional Syntax and Universal Grammar*. Cambridge, Cambridge University Press.



- Fowler R., 1991: *Language in the News: Discourse and Ideology in the Press*. London/New York, Routledge.
- Frege G., 1892: *Über Sinn und Bedeutung*. „Zeitschrift für Philosophie und philosophische Kritik“ 100, pp. 25–50.
- Gallagher S., 2007: *Phenomenological and Experimental Contributions to Understanding Embodied Experience*. In: *Body, Language and Mind*. Vol. 1. Ed. T. Ziemke, J. Zlatev, R. Frank and R. Dirven. Berlin, Mouton de Gruyter, pp. 241–263.
- Gallese V., Lakoff G., 2005: *The Brain's Concepts: The Role of the Sensory-Motor System in Conceptual Knowledge*. „Cognitive Neuropsychology“ 22, pp. 455–479.
- Gibbs R.W., Colston H., 1995: *The Psychological Reality of Image Schemas and Their Transformations*. „Cognitive Linguistics“ 6, pp. 347–378.
- Goleman D., 2006: *La forza della meditazione*. Bergamo, BUR Psicologia e Società.
- Grady J., 1997: *Foundations of Meaning: Primary Metaphors and Primary Scenes*. Ph.D. dissertation. University of California, Berkeley.
- Gruber J.S., 1965: *Studies in Lexical Relations*. Bloomington, Indiana University Linguistics Club.
- Hartung J.A., 1831: *Ueber die Casus: ihre Bildung und Bedeutung, in der griechischen und lateinischen Sprache*. Erlangen, Palm&Enke.
- Hesse M.B., 1966: *Models and Analogies in Science*. Notre Dame, University of Notre Dame Press.
- Jackendoff R.S., 1972: *Semantic Interpretation in Generative Grammar*. Cambridge, MA, MIT Press.
- Jackendoff R.S., 1976: *Toward an Explanatory Semantic Representation*. „Linguistic Inquiry“ 7, pp. 89–150.
- Jackendoff R.S., 1983: *Semantics and Cognition*. Cambridge, MA, MIT Press.
- Jackendoff R.S., 1987: *The Status of Thematic Relations in Linguistic Theory*. „Linguistic Inquiry“ 18, pp. 369–411.
- James W., 1890: *The Principles of Psychology*. New York, Dover.
- Jäkel O., 2003: *Metafory w abstrakcyjnych domenach dyskursu*. Kraków, Universitas.
- Johnson Ch., 1997: *Metaphor vs Conflation in the Acquisition of Polysemy: The Case of SEE*. In: „Cultural, Typological and Psychological Issues in Cognitive Linguistics. Current Issues in Linguistic Theory“ 152. Ed. M.K. Hiraga, C. Sinha, S. Wilcox. Amsterdam, John Benjamins, pp. 155–169.
- Johnson M., 1987: *The Body in the Mind: The Bodily Basis of Meaning, Imagination, and Reason*. Chicago, Chicago University Press.
- Johnson M., 1992: *Philosophical Implication of Cognitive Semantics*. „Cognitive Linguistics“ 3–4, pp. 345–366.
- Johnson M., 1993: *Moral Imagination: Implications of Cognitive Science for Ethics*. Chicago, University of Chicago Press.
- Johnson M., 2005: *The Philosophical Significance of Image Schemas*. In: *From Perception to Meaning: Image Schemas in Cognitive Linguistics*. Berlin, Walter de Gruyter, pp. 15–34.
- Kailuweit R., 2000: *Grammatica e semantica dei verbi bivalenti. L'analisi della Role and Reference Grammar*. In: *Tradizione & Innovazione. II Atti del VI Convegno Internazionale della SILFI*. Ed. E. Burr. Firenze, Cesati, pp. 459–468.
- Kant I., 1968: *Critique of Pure Reason*. Trad. N.K. Smith. New York, St. Martin's Press [originale tedesco: 1781].



- Keenan E.L., 1976: *Towards a Universal Definition of 'Subject'*. In: *Subject and Topic*. Ed. Ch. N. Li. New York, Academic Press, pp. 303–334.
- Keenan E.L., 1984: *Semantic Correlates of the Ergative/Absolutive Distinction*. "Linguistics" 22, pp. 197–223.
- Kittay E., 1987: *Metaphor: Its Cognitive Force and Linguistic Structure*. Oxford, Clarendon Press.
- Kopka S., 2002: "Rzucac" — co, czym, kto, kogo? *Studium znaczeniowe*. Kraków, Universitas.
- Kreitzer A., 1997: *Multiple Levels of Schematization: A Study in the Conceptualization of Space*. "Cognitive Linguistics" 8 (4), pp. 291–325.
- Kuhn T.S., 1962: *The Structure of Scientific Revolutions*. Chicago/London.
- Kuhn T.S., 1979: *Metaphor in Science*. In: *Metaphor and Thought*. Ed. A. Ortony. Cambridge University Press, pp. 409–419.
- Lakoff G., 1987: *Women, Fire and Dangerous Things*. Chicago, Chicago University Press.
- Lakoff G., 1990: *The Invariance Hypothesis: Is Abstract Reason Based on Image-Schemas?* "Cognitive Linguistics" 1 (1), pp. 39–74.
- Lakoff G., 1993: *The Contemporary Theory of Metaphor*. In: *Metaphor and Thought*. Ed. A. Ortony, Andrews. Cambridge, pp. 202–251.
- Lakoff G., Johnson M., 1980: *Metaphors We Live By*. Chicago/London.
- Lakoff G., Johnson M., 1988: *Metafora w naszym życiu*. Warszawa, PIW.
- Lakoff G., Johnson M., 1999: *Philosophy in the Flesh. The Embodied Mind and Its Challenge to Western Thought*. New York, Basic Books.
- Lakoff G., Núñez R., 2000: *Where Mathematics Comes From: How the Embodied Mind Brings Mathematics into Being*. New York, Basic Books.
- Langacker R., 1987: *Foundations of Cognitive Grammar*. Vol. 1: *Theoretical Prerequisites*. Stanford, Stanford University Press.
- Lawler J., 1983: *Metaphors We Live By*, by George Lakoff and Mark Johnson. Review Article. "Language" 59, pp. 201–207.
- Libet B., 1985: *Unconscious Cerebral Initiative and the Role of Conscious Will in Voluntary Action*. "The Behaviour and Brain Sciences" 8, pp. 529–566.
- Liotti G., 1993: *La discontinuità della coscienza. Etiologia, diagnosi e psicoterapia dei disturbi dissociativi*. Franco Angeli.
- Locke J., [1689] 1997: *An Essay Concerning Human Understanding*. Reprint Penguin Classics.
- Ludwig A.M., 1969: *Altered States of Consciousness*. In: *Altered States of Consciousness*. Ed. C. Tart. San Francisco, Harper Collins, pp. 9–22.
- Mac Cormac E., 1985: *A Cognitive Theory of Metaphor*. Cambridge, Mass./London.
- Mancia M., 2007: *Psicoanalisi e neuroscienze*. Milano, Springer.
- Mandler J.M., 1992: *How to Build a Baby 2*. "Psychological Review" 99 (4), pp. 587–604.
- Marantz A.P., 1984: *On the Nature of Grammatical Relations*. Cambridge, MA, MIT Press.
- Merleau-Ponty M., 1962: *Phenomenology of Perception*. Trad. C. Smith. London, Routledge [originale francese: 1945].
- Miczka E., 2002: *Kognitywne struktury sytuacyjne i informacyjne w interpretacji dyskursu*. Katowice, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.

- Müller Max F., 1897: *Contributions to the Science of Mythology*. London. Longmans, Green.
- Narayanan S., 1997: *Embodiment in Language Understanding: Sensory-Motor Representations for Metaphoric Reasoning About Event Descriptions*. Ph.D. dissertation. Department of Computer Science, University of California, Berkeley.
- Nowakowska-Kempna I., 1986: *Konstrukcje zdaniowe z leksykalnymi wykładnikami predykatów uczuć*. Katowice, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Nowakowska-Kempna I., 1995: *Konceptualizacja uczuć w języku polskim. Prolegomena*. Warszawa.
- Nowakowska-Kempna I., 2000: *Język ciała czy ciało w umyśle, czyli o metaforze uczuć*. W: „Język a Kultura”. T. 14. Wrocław, pp. 25–58.
- Pezzuolo G., 1999: *Il continuum percezione – rappresentazione – spiegazione*. “Nuova Civiltà delle Macchine” 4, pp. 72–91.
- Piaget J., 1964: *Lo sviluppo mentale del bambino e altri studi di psicologia*. Torino, Einaudi.
- Pieron H., 1913: *Le problème physiologique du sommeil*. Paris, Masson.
- Primus B., 2002: *Proto-Roles and Case Selection in Optimality Theory*. Working Papers. In: “Arbeiten des Sonderforschungsbereichs” 282: *Theorie des Lexikons*. T. 122. Düsseldorf, Heinrich-Heine-Universität, pp. 1–39.
- Quinn N., 1991: *The Cultural Basis of Metaphor*. In: *Beyond Metaphor: The Theory of Tropes in Anthropology*. Ed. J.W. Fernandez. Stanford, Stanford University Press, pp. 56–93.
- Reddy M., 1979: *The Conduit Metaphor*. In: *Metaphor and Thought*. Ed. A. Ortony. Cambridge, Cambridge University Press, pp. 284–297.
- Riemsdijk van H., Williams E., 1986: *Introduction to the Theory of Grammar*. Cambridge, MA, MIT Press.
- Rosch E., 1975: *Cognitive Reference Points*. “Cognitive Psychology” 7, pp. 532–547.
- Rozwadowska B., 1988: *Thematic Restrictions on Derived Nominals*. In: “Syntax and Semantics” 21: *Thematic Relations*. Ed. W. Wilkins. San Diego, Academic Press, pp. 147–165.
- Schank R., Abelson R., 1977: *Scripts, Plans, Goals and Understanding: An Inquiry into Human Knowledge Structures*. Hillsdale, NJ. Erlbaum.
- Scheller M., 1916: *Der Formalismus in der Ethik und die materielle Werthethik*. Halle, Verlag.
- Shapiro D., Walsh R., 1984: *Meditation: Classical and Contemporary Views*. New York, Aldine Publishing Company, Hawthorne.
- Shore B., 1996: *Culture in Mind. Cognition, Culture, and the Problem of Meaning*. New York/Oxford, Oxford University Press.
- Simões M., 1994: *L’irrompere del sovrannaturale: tra crisi spirituale e crisi psicotonica*. In: *Psicopatologia, cultura e dimensione del sacro*. Ed. G. Bartocci. Roma, Edizioni Universitarie Romane, p. 37.
- Simpson P., 1993: *Language, Ideology and Point of View*. London/New York, Routledge.
- Sinha Ch., Jensen de López K., 2000: *Language, Culture and the Embodiment of Spatial Cognition*. “Cognitive Linguistics” 11, pp. 17–41.
- Stowell T., 1981: *Origins of Phrase Structure*. MIT dissertation. Cambridge.

- Sweetser E.E., 1987: *Metaphorical Models of Thought and Speech: A Comparison of Historical Directions and Metaphorical Mappings in the Two Domains*. In: Berkeley Linguistic Society: *Proceedings of the 13th Annual Meeting. General Session and Parasession on Grammar and Cognition*. Ed. J. Aske, N. Beery, L. Michaelis, H. Filip. Berkeley, California, pp. 446–459.
- Sweetser E.E., 1990: *From Etymology to Pragmatics: Metaphorical and Cultural Aspects of Semantic Structure*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Talmy L., 1978: *Figure and Ground in Complex Sentences*. In: "Universals of Human Language" 4: *Syntax*. Ed. J. Greenberg. Stanford, Stanford University Press, pp. 624–649.
- Talmy L., 1983: *How Language Structures Space*. In: *Spatial Orientation: Theory, Research, and Application*. Ed. H.L. Pick, L.P. Acredolo. New York, Plenum Press, pp. 225–282.
- Talmy L., 1985a: *Figure and Ground as Thematic Roles*. Paper presented at the 1985 Annual Meeting of the Linguistic Society of America distributed at the Symposium on Thematic Relations. Seattle.
- Talmy L., 1985b: *Lexicalization Patterns: Semantic Structure in Lexical Forms*. In: *Language Typology and Syntactic Description 3: Grammatical Categories and the Lexicon*. Ed. T. Shopen. Cambridge, Cambridge University Press, pp. 57–149.
- Tart Ch., 1977: *Stati di coscienza*. Roma, Astrolabio.
- Turner M., 1987: *Death is the Mother of Beauty: Mind, Metaphor, Criticism*. Chicago/London, The University of Chicago Press.
- Turner M., 1991: *Reading Minds: The Study of English in the Age of Cognitive Science*. Princeton, Princeton University Press.
- Van Valin R.D., 1990: *Semantic Parameters of Split Transitivity*. "Language" 66: 1, pp. 221–296.
- Van Valin R.D., 1993: *A Synopsis of Role and Reference Grammar*. In: *Advances in Role and Reference Grammar*. Ed. R.D. Van Valin. Amsterdam, Benjamins, pp. 1–164.
- Van Valin R.D., LaPolla R., 1997: *Syntax: Structure, Meaning and Function*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Weinrich H., 1958: *Münze und Wort: Untersuchungen an einem Bildfeld*. In: *Sprache in Texten*. Hrsg. H. Weinrich. Stuttgart, Klett, pp. 276–290.
- Weinrich H., 1963: *Semantik der kühnen Metapher*. In: *Sprache in Texten*. Hrsg. H. Weinrich. Stuttgart, Klett, pp. 295–316.
- Weinrich H., 1964: *Metaphora memoriae*. In: *Sprache in Texten*. Hrsg. H. Weinrich. Stuttgart, Klett, pp. 291–294.
- Weinrich H., 1967: *Allgemeine Semantik der Metapher*. In: *Sprache in Texten*. Hrsg. H. Weinrich. Stuttgart, Klett, pp. 317–327.
- Weinrich H., 1976: *Steit um Metaphern*. In: *Sprache in Texten*. Hrsg. H. Weinrich. Stuttgart, Klett, pp. 329–341.
- Weyl H., 1983: *Symmetry*. Princeton, Princeton University Press.
- Whorf B.L., 1939: *The Relation of Habitual Thought and Behavior to Language*. In: *Language, Thought, and Reality*. Ed. J.B. Carroll. Cambridge, Mass., pp. 134–159.
- Wierzbicka A., 1971: *Kocha, lubi szanuje. Medytacje semantyczne*. Warszawa, Wiedza Powszechna.

- Winston M.E., Chaffin R., Herrman D., 1987: *A Taxonomy of Part-Whole Relations*. "Cognitive Science" 11, pp. 417–444.
- Winter S., 2001: *A Clearing in the Forest: Law, Life, and Mind*. Chicago, University of Chicago Press.
- Wittgenstein L., 1972: *Dociekania filozoficzne*. Warszawa, PWN.
- Zlatev J., 1997: *Situated Embodiment. Studies in the Emergence of Spatial Meaning*. Stockholm, Gotab.

## Sitografia

- Amici R., Parmeggiani P.L., 2006: *Sonno, Scienzagiovane*. Università di Bologna. <http://www.scienzagiovane.unibo.it/sonno/7-sonno-funzione.html> (l'accesso: 15.03.2009).
- Angileri S., 2000: [http://www.angileri-psicologia.net/disturbi\\_psichici/sonno/sonno.htm](http://www.angileri-psicologia.net/disturbi_psichici/sonno/sonno.htm) (l'accesso: 15.03.2009).
- Benessere, 2009: *Il sonno*. [http://www.benessere.com/salute/arg00/il\\_sonno.htm](http://www.benessere.com/salute/arg00/il_sonno.htm) (l'accesso: 15.03.2009).
- Benessere SAC: *Cos'è il sonno*. [http://www.benessere.com/salute/arg00/cose\\_sonno.htm](http://www.benessere.com/salute/arg00/cose_sonno.htm) (l'accesso: 15.03.2009).
- Bonatti Gallego A., 2001: *Psicologia Transpersonale*. "Sentieri I", Sentieri rivista on-line: [http://www.airplivorno.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=62:sentieri-1-2001&catid=1:features&Itemid=83](http://www.airplivorno.com/index.php?option=com_content&view=article&id=62:sentieri-1-2001&catid=1:features&Itemid=83) (l'accesso: 28.06.2008).
- Cervantes Saavedra M.: *Don Quijote de la Mancha*. Capitolo LXVIII. <http://mgarci.aas.duke.edu/celestina/EDICIONES-BILINGUES/ITALIANO/DQ-2-68.HTM> (l'accesso: 8.04.2009).
- Cicerone M.T.: *Tusculanae Disputationes*. <http://roccofoforismus.blogspot.com/2006/12/marco-tullio-cicerone.html> (l'accesso: 15.03.2009).
- Coluccia S., 2004: *Le metafore, Golden Gates che fluidificano le categorie del nostro mondo*. JCOM 3 (1), Journal of Science Communication. <http://jcom.sissa.it/archive/03/01/C030101/C030105/?searchterm=Coluccia> (l'accesso: 15.05.2013).
- Del Castello E.: *Ipnosi e psicoterapia ipnotica nel trattamento del panico e dell'agorafobia*. <http://www.delcastello.it/> (l'accesso: 14.07.2005).
- Demaria C., 2002: *La metaforologia di Hans Blumenberg*. Non pubblicato. [www.sssub.unibo.it/documenti/seminario\\_metafora/demaria.doc](http://www.sssub.unibo.it/documenti/seminario_metafora/demaria.doc) (l'accesso: 14.02.09).
- EUFIC, 2008: *Diminuzione delle ore di sonno e relative conseguenze metaboliche*. <http://www.eufic.org/article/it/malattie-legate-alimentazione/diabete/artid/diminuzione-ore-sonno-relative-conseguenze-metaboliche/> (l'accesso: 17.03.2009).
- Fauconnier G., Turner M., 1995: *Conceptual Integration and Formal Expression*. <http://www.uoregon.edu/~uophil/metaphor/turner.htm> (l'accesso: 18.06.2009).
- Margnelli M., 2007: *Le onde e la coscienza. Un panorama della scoperta e delle ricerche di psiconeurofisiologia e delle ricerche sulle onde elettromagnetiche del cervello*.

- lo. <http://worldwideshut.spaces.live.com/Blog/cns!A1F52B5992A3BEB3!138.entry> (l'accesso: 7.07.2009).
- Miscia A., 2008: <http://www.antoniomiscia.it/frame.htm> (l'accesso: 4.07.2008).
- Nasone P. Ovidio, [http://www.homolaicus.com/linguaggi/aforismi\\_citazioni/hypertext/0153.htm#005227](http://www.homolaicus.com/linguaggi/aforismi_citazioni/hypertext/0153.htm#005227) (l'accesso: 15.03.2009).
- Pezzuolo G., 1999: *Il continuum percezione — rappresentazione — spiegazione*. <http://www.comune.forli.fo.it/ncmacchine/default.asp?lang=IT&mod=rivista&anno=1999&numero=4> (l'accesso: 18.03.2005).
- Sant'Agostino: *Discorso 221*. [http://www.augustinus.it/italiano/discorsi/discorso\\_281\\_testo.htm](http://www.augustinus.it/italiano/discorsi/discorso_281_testo.htm) (l'accesso: 17.03.2009).
- Sutich A., 1969: *Statement of Purpose*. "Journal of Transpersonal Psychology". <http://www.igc.apc.org/atp/index.html> (l'accesso: 28.06.2008).
- Talvacchia M.: *Stato di Coscienza Alterato*. <http://www.psicolife.com/stato-dicoscienza-alterato> (l'accesso: 28.07.2009).
- Tornese V., 2004: *Incompresa. Tutte le metafore possono davvero essere tradotte in espressioni letterali?* [mondoailati.unicat.it/didattica/archivi/tesi/Tesi\\_Tornese.doc](http://mondoailati.unicat.it/didattica/archivi/tesi/Tesi_Tornese.doc) (l'accesso: 27.07.2009).

## Dizionari consultati

- Cortellazzo, Zolli 1999: *Dizionario Etimologico della Lingua Italiana*.
- De Agostini on-line: *Vocabolario italiano*. [http://www.sapere.it/gr/DictionarySearchServlet?DS\\_action=ShowArticle&DS\\_tid=10048854&DS\\_resType=14](http://www.sapere.it/gr/DictionarySearchServlet?DS_action=ShowArticle&DS_tid=10048854&DS_resType=14) (l'accesso: 10.10.2009).
- De Mauro Paravia on-line: *Dizionario della lingua italiana*.
- Garzanti 2003: *Il Dizionario d'Italiano*.
- RCS periodici on-line: *Dizionario Medico*. <http://ok.leiweb.it/dizionario/index.shtml> (l'accesso: 10.10.2009).
- Treccani 2008: *Vocabolario on line*. <http://www.epsilan.it/treccani/print.asp?LEMMA=186145> (l'accesso: 10.10.2009).
- Zingarelli 1998: *Vocabolario della lingua italiana*.

## Fonti del corpus citati

### Libri

- Antunes A.L., 2005: *Che farò quando tutto brucia?* Milano, Feltrinelli.
- Coelho P., 2001: *Il Cammino di Santiago*. Milano, Bompiani.
- De Giacomo P., Resnik S., 1980: *Psicologia medica e psichiatria clinica e dinamica*. Padova, Piccin.
- Denning M., Phillips O., 2002: *Guida pratica ai poteri psichici*. Roma, Hermes Edizioni.



- Farano G., Colciaghi G., 2003: *Partorire sognando. L'ipnosi: un'ipotesi per vivere meglio la gravidanza e il parto*. Milano, Franco Angeli/Le Comete.
- Gamberini G., 2002: *Ipnosi. Dilatare la mente per conoscere e trasformare la realtà*. Firenze, Demetra.
- Gangi G., 1992: *I poteri del magnetismo personale*. Roma, Edizioni Mediterranee.
- Gherardi D., 1982: *Ipnosi, neuropsichiatria ed autocoscienza*. Padova, Piccin Editore.
- Iovinelli A., 2004: *L'autore e il personaggio*. Rubbettino.
- Jensen W., Freud S., 1992: *Gradiva*. Edizioni Studio Tesi.
- Malet L., 2002: *Nodo alle budella*. Roma, Fazi.
- Mancia M., 2007: *Il sogno nel dialogo tra psicoanalisi e neuroscienze*. In: *Psicoanalisi e neuroscienze*. Milano, Springer.
- Meier C.A., 1993: *L'interpretazione del sogno*. Traduzione F. Ranzato. Roma, Edizioni Mediterranee.
- Melotti M., 2006: *Voglia di gioia: suggerimenti per vivere al meglio la terza età*. Milano, Franco Angeli.
- Murphy J., 1990: *Il potere del subconscio*. Roma, Edizioni Mediterranee.
- Osho, 1983: *Il libro arancione. Tecniche di meditazione*. Roma, Edizioni Mediterranee.
- Osho, 1986: *La mia via: La via delle Nuvole Bianche*. Roma, Edizioni Mediterranee.
- Osho, 1990: *Meditazione. La prima e l'ultima libertà*. Roma, Edizioni Mediterranee.
- Parker J., 1996: *Il libro completo dei sogni*. Roma, Gremese Editore.
- Rossi B., 2008: *Biblioterapia. La lettura serve per la cura di sé?* <http://www.lulu.com>. (l'accesso: 3.10.2009).
- Ryzl M., 1984: *La Percezione extrasensoriale*. Roma, Edizioni Mediterranee.
- Sadhu M., 1986: *La rota magica dei tarocchi*. Roma, Edizioni Mediterranee.
- Selvini M., Sorrentino A.M., 2006: *Come si esce dalla psicosi?* In: *Famiglie, gruppi e individui. Le molteplici forme della psicoterapia sistemico-relazionale*. Milano, Franco Angeli.
- Standaert B., 2007: *Spiritualità, arte di vivere: un alfabeto*. Milano, Vita e Pensiero.
- Tripaldi F., 2004: *L'ossessione dello spirito*. Milano, Mimesis.
- Wassermann J., 2005: *Il mio cammino di tedesco e di ebreo*. Roma, Edizioni di Storia e Letteratura.
- Zambrano M., 2004: *I sogni e il tempo*. Bologna, Pendragon.

### Pagine web

- A. D'Elia 1997: <http://www.reiki.info/Energie/Alimentazione/Carnivorismo-Car-neficina.htm> (l'accesso: 29.09.2009).
- A. Durso: <http://www.alboscuole.it/Articolo.aspx?cod=7590awu3te45qlkw3p45asxnfo55837-195293&stato=art&CI=000kqmitd240001XnSMR246P10121617440m24732794q> (l'accesso: 3.10.2009).
- A. Voza 1.5.: <http://galileo.cincom.unical.it/Pubblicazioni/editoria/Altro/Tesi/VOZZA/CAP1-5.HTM> (l'accesso: 29.09.2009).
- AAI: <http://www.alephlibreria.it/aleph/ipnosi.html> (l'accesso: 10.10.2009).
- Ablog/2008/09/N: <http://aparazzi.blogspot.com/2008/09/ninnananna.html> (l'accesso: 3.10.2009).

- ABlogC:** <http://acquafirst.spaces.live.com/blog/cns!C182FF9AF924042A!1348.entry> (l'accesso: 3.10.2009).
- AdmC:** <http://leamiche.donnamoderna.com/content.php?cid=68558> (l'accesso: 3.10.2009).
- AFV:** <http://www.argonauti.it/forum/viewtopic.php?p=65158&sid=f9b344e7e1f18f82e0f1c70ecef312f8> (l'accesso: 19.09.2009).
- AG:** <http://www.alexisarts.it/grandillusioni.php> (l'accesso: 8.10.2009).
- AGOD:** [http://www.amicopediatra.it/genitori/Opuscolo\\_%20Disturbi\\_del\\_Sonno/disturbidel%20sonno.htm](http://www.amicopediatra.it/genitori/Opuscolo_%20Disturbi_del_Sonno/disturbidel%20sonno.htm) (l'accesso: 19.09.2009).
- AHS:** [http://www.associazioneilmondo.it/pdf\\_hystory/I%20sette%20stati%20di%20coscienza%202007.pdf](http://www.associazioneilmondo.it/pdf_hystory/I%20sette%20stati%20di%20coscienza%202007.pdf) (l'accesso: 3.10.2009).
- AIN:** <http://www.as-merano.it/it/news/3280.htm> (l'accesso: 19.09.2009).
- ALa:** [http://www.aliasfvg.it/leggi\\_accessibile.php?id=1006](http://www.aliasfvg.it/leggi_accessibile.php?id=1006) (l'accesso: 6.10.2009).
- Alboscuole.it:** <http://www.alboscuole.it/Articolo.aspx?cod=7590awu3te45qlkw3p45asxnfo55837-195293&stato=art&CI=000kqmitd240001XnSMR246P10121617440m24732794q> (l'accesso: 3.10.2009).
- AlbSaluteSonno:** <http://www.albanesi.it/Salute/sonno.htm> (l'accesso: 03.10.2009).
- Amblog:** <http://adhikara-meditazione.blogspot.com/> (l'accesso: 6.10.2009).
- AMF:** <http://www.alfemminile.com/mag/forma/d2727/c70951.html> (l'accesso: 8.10.2009).
- API:** [http://www.aikidoweb.it/public/index.php?Medicina:Bioenergetica:Ansia\\_di\\_cadere](http://www.aikidoweb.it/public/index.php?Medicina:Bioenergetica:Ansia_di_cadere) (l'accesso: 29.09.2009).
- Assobenessere.it:** <http://www.assobenessere.it/details.asp?id=102> (l'accesso: 29.09.2009).
- AvI:** <http://www.antonelloviola.com/ipnoterapia.htm> (l'accesso: 8.10.2009).
- AwCI:** <http://amadeux.wordpress.com/category/ipnosi/> (l'accesso: 10.10.2009).
- BambinopoliAs:** [http://www.bambinopoli.it/articolo\\_scuola.php?id=871&titolo=Il%20sonno%20della%20notte%20genera%20mostri](http://www.bambinopoli.it/articolo_scuola.php?id=871&titolo=Il%20sonno%20della%20notte%20genera%20mostri) (l'accesso: 29.09.2009).
- BBlogC:** <http://bambolacattiva.spaces.live.com/blog/cns!3E10C074E6AB9BD7!5869.entry> (l'accesso: 29.09.2009).
- BBonandiI:** [http://www.brunobonandi.it/index.php?option=com\\_content&task=view&id=36&Itemid=79](http://www.brunobonandi.it/index.php?option=com_content&task=view&id=36&Itemid=79) (l'accesso: 10.10.2009).
- BenesserePP:** <http://www.benessereblog.it/post/2456/poche-o-troppe-ore-di-sonno-accorciano-la-vita> (l'accesso: 29.09.2009).
- BenessereSAC:** [http://www.benessere.com/salute/arg00/cose\\_sonno.htm](http://www.benessere.com/salute/arg00/cose_sonno.htm) (l'accesso: 29.09.2009).
- BForumI:** <http://www.betasom.it/forum/index.php?showtopic=26699> (l'accesso: 29.09.2009).
- BlogBS:** <http://www.blogcatalog.com/blog/sfogodiunventenne/8b09e8d6357a49fadf772ef0317ce714> (l'accesso: 30.09.2009).
- BlogE:** <http://blog.libero.it/ELOWEN/> (l'accesso: 6.10.2009).
- BlogI:** <http://blogs.myspace.com/index.cfm?fuseaction=blog.ListAll&friendId=161283152> (l'accesso: 10.10.2009).
- BlogL/2007/07/02:** <http://blog.intoscana.it/liberarcidallespine/2007/07/02/stremati-come-dolce-la-tentazione-di-cedere-al-sonno/> (l'accesso: 29.09.2009).
- BlogsA/2004/10:** <http://blogmoltoserio.splinder.com/archive/2004-10> (l'accesso: 1.10.2009).
- BlogTC:** <http://blog.libero.it/Thefairyrond/commenti.php?msgid=5025907&id=31376> (l'accesso: 30.09.2009).

- Blogv/2008/05:** <http://blog.visionaire.org/2008/05/il-posto-dellamore/> (l'accesso: 29.09.2009).
- bolgE/2008/09/E:** <http://www.eroide.it/2008/09/legitto-proviene-da-atlantide.html> (l'accesso: 8.10.2009).
- C. Crocella 2001:** [http://www.liberliber.it/biblioteca/c/crocella/angeli\\_a\\_montecitorio\\_etc/pdf/angeli\\_p.pdf](http://www.liberliber.it/biblioteca/c/crocella/angeli_a_montecitorio_etc/pdf/angeli_p.pdf) (l'accesso: 5.10.2009).
- CAPM:** <http://www.club.it/autori/premiati/monia.sanfilippo/4fonoracc98.html> (l'accesso: 29.09.2009).
- CAs/2007/03:** <http://comevorrei.splinder.com/archive/2007-03> (l'accesso: 30.09.2009).
- Cblog/2007/09/O:** <http://cronacaattualita.blogosfere.it/2007/09/omicidio-di-cogne-samuele-morto-per-cause-naturali.html#comment-506138> (l'accesso: 7.10.2009).
- Cblog/2008/05/D:** <http://cronache-da.blogspot.com/2008/05/xxiv-una-domenica-puo-bastare-per-tutta.html> (l'accesso: 6.10.2009).
- CblogCns:** <http://cid-b676e6f87f172733.spaces.live.com/blog/cns!B676E6F87F172733!956.entry> (l'accesso: 30.09.2009).
- CC/2004/09/M:** [http://cadavrexquis.typepad.com/cadavrexquis/2004/09/morire\\_dormire\\_.html](http://cadavrexquis.typepad.com/cadavrexquis/2004/09/morire_dormire_.html) (l'accesso: 29.09.2009).
- CCT:** <http://www.centroanemos.it/contents/tecniche.php> (l'accesso: 6.10.2009).
- Centropsi.it:** [http://www.centropsi.it/index.php?option=com\\_content&task=view&id=19&Itemid=21](http://www.centropsi.it/index.php?option=com_content&task=view&id=19&Itemid=21) (l'accesso: 1.10.2009).
- Ch. McMahon:** [http://www.ajaibsingh.it/giorni\\_di\\_immensa\\_grazia-1.htm](http://www.ajaibsingh.it/giorni_di_immensa_grazia-1.htm) (l'accesso: 6.10.2009).
- Ciao.it:** [http://www.ciao.it/Illy\\_Espresso\\_Macinato\\_\\_Opinione\\_425200](http://www.ciao.it/Illy_Espresso_Macinato__Opinione_425200) (l'accesso: 30.09.2009).
- CiP:** <http://www.chisiamo.info/psicoanalisi.htm> (l'accesso: 30.09.2009).
- CnI:** <http://www.cosenascoste.com/ipnosi/> (l'accesso: 8.10.2009).
- CnZ:** [http://www.centronirvana.it/lo\\_zen\\_come\\_medicina.htm](http://www.centronirvana.it/lo_zen_come_medicina.htm) (l'accesso: 6.10.2009).
- Corriere.it/06/02/2008:** [http://www.corriere.it/spettacoli/08\\_febbraio\\_06/maharishi\\_yogi\\_beatles\\_a2ac09b8-d44b-11dc-b97b-0003ba99c667.shtml](http://www.corriere.it/spettacoli/08_febbraio_06/maharishi_yogi_beatles_a2ac09b8-d44b-11dc-b97b-0003ba99c667.shtml) (l'accesso: 6.10.2009).
- Corriere.it/1998/11/22:** [http://archiviostorico.corriere.it/1998/novembre/22/Tropo\\_stress\\_siamo\\_milanesi\\_tranquillanti\\_co\\_0\\_9811226690.shtml](http://archiviostorico.corriere.it/1998/novembre/22/Tropo_stress_siamo_milanesi_tranquillanti_co_0_9811226690.shtml) (l'accesso: 19.09.2009).
- Corriere.it/2001/05/17:** [http://archiviostorico.corriere.it/2001/maggio/17/Uno\\_spazio\\_per\\_teatro\\_Gianni\\_co\\_7\\_0105176219.shtml](http://archiviostorico.corriere.it/2001/maggio/17/Uno_spazio_per_teatro_Gianni_co_7_0105176219.shtml) (l'accesso: 19.09.2009).
- Corriere.it/2001/06/24:** [http://archiviostorico.corriere.it/2001/giugno/24/sonno\\_cura\\_stomaco\\_cs\\_0\\_010624319.shtml](http://archiviostorico.corriere.it/2001/giugno/24/sonno_cura_stomaco_cs_0_010624319.shtml) (l'accesso: 29.09.2009).
- Corriere.it/2004/12/15:** [http://archiviostorico.corriere.it/2004/dicembre/15/Allegre\\_storie\\_topi\\_talpe\\_senza\\_co\\_9\\_041215080.shtml](http://archiviostorico.corriere.it/2004/dicembre/15/Allegre_storie_topi_talpe_senza_co_9_041215080.shtml) (l'accesso: 10.10.2009).
- Corriere.it/2004/6/20:** [http://archiviostorico.corriere.it/2004/giugno/20/giusto\\_sonno\\_davvero\\_una\\_medicina\\_cs\\_0\\_040620062.shtml](http://archiviostorico.corriere.it/2004/giugno/20/giusto_sonno_davvero_una_medicina_cs_0_040620062.shtml) (l'accesso: 14.09.2009).
- Corriere.it/2008/05/25:** [http://www.corriere.it/salute/08\\_maggio\\_25/sonno\\_malattia\\_meli\\_8a1c7976-2a3d-11dd-93c5-00144f02aabc.shtml](http://www.corriere.it/salute/08_maggio_25/sonno_malattia_meli_8a1c7976-2a3d-11dd-93c5-00144f02aabc.shtml) (l'accesso: 29.09.2009).
- Corriere.it Forum14-09-2008:** [http://forum.corriere.it/leggere\\_e\\_scrivere/14-09-2008/sixty\\_seconds\\_written-1115514.html](http://forum.corriere.it/leggere_e_scrivere/14-09-2008/sixty_seconds_written-1115514.html) (l'accesso: 29.09.2009).



- CpaIa:** [http://centro-di-psicologia-applicata.net/ipnosi\\_articolo.htm](http://centro-di-psicologia-applicata.net/ipnosi_articolo.htm) (l'accesso: 8.10.2009).
- CsForumV:** <http://conoscitestesso.selfip.net/forum/viewtopic.php?f=106&t=1415> (l'accesso: 1.10.2009).
- CSL:** <http://www.crisalide.com/sentiero/lavoro.php> (l'accesso: 6.10.2009).
- CsM:** <http://www.cs.unibo.it/~mazzara/> (l'accesso: 19.09.2009).
- CsP:** <http://cybergolem.splinder.com/post/3640340> (l'accesso: 6.10.2009).
- CsPA:** <http://ceciadventures.splinder.com/post/16587179/Aspettando> (l'accesso: 29.09.2009).
- CsplA:** <http://www.centrostudipsicologiaeletteratura.org/adlerscu.html> (l'accesso: 30.09.2009).
- CsPU:** <http://ilcinemanelcassetto.splinder.com/post/20767351/UOMINI+E+TOPI> (l'accesso: 1.10.2009).
- CVM:** [http://www.ciao.it/Vita\\_di\\_Milarepa\\_Bacot\\_J\\_\\_Opinione\\_438433](http://www.ciao.it/Vita_di_Milarepa_Bacot_J__Opinione_438433) (l'accesso: 6.10.2009).
- DaO:** <http://www.dinamicaanalogica.it/origine.php> (l'accesso: 10.10.2009).
- DcnwY:** <http://www.donnecristianenelweb.it/Yoga.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- DGPD:** [http://www.diregiovani.it/gw/producer/dettaglio.aspx?id\\_doc=28283](http://www.diregiovani.it/gw/producer/dettaglio.aspx?id_doc=28283) (l'accesso: 30.09.2009).
- DiegoBlog:** <http://diegobenna.spaces.live.com/blog/cns!BE03F9AB66593E82!355.entry> (l'accesso: 29.09.2009).
- DII:** <http://www.damus.it/ipnosi/ipnosi.html> (l'accesso: 10.10.2009).
- DI MI:** <http://digilander.libero.it/magaangela/ipnosi.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- DMdO:** <http://www.dhyan.it/meditazioniosho.asp> (l'accesso: 6.10.2009).
- DnCc:** [http://www.de-nicolo.it/che\\_cose.html](http://www.de-nicolo.it/che_cose.html) (l'accesso: 8.10.2009).
- DNRP:** <http://digilander.libero.it/nizortace/riassunti/planesight.htm> (l'accesso: 24.08.2009).
- DNT:** <http://digilander.libero.it/nonsiamosoli/terzomillennio/tm029924.html> (l'accesso: 8.10.2009).
- DPAD:** [http://www.db.acec.it/pls/acec/datafilm\\_consulta\\_gp\\_reIII.dati\\_film?c\\_doc=4730&origine=1&from\\_acec=1](http://www.db.acec.it/pls/acec/datafilm_consulta_gp_reIII.dati_film?c_doc=4730&origine=1&from_acec=1) (l'accesso: 8.10.2009).
- DPBlogBD:** <http://www.danielaori.name/public/Blog3/pt/blog/default.aspx?id=79&t=Deliri> (l'accesso: 30.09.2009).
- DsA/2008/03:** <http://donneinlinea.splinder.com/post/16227856/DOLCE+RISVEGLIO> (l'accesso: 29.09.2009).
- DsP:** <http://divinainpertinente.splinder.com/post/2475743> (l'accesso: 30.09.2009).
- DSS:** <http://domanderisposte.tuttogratis.it/salute-e-benessere/5642/lo-sbadiglioe-contagioso-perche/4474/> (l'accesso: 29.09.2009).
- DtnI:** [http://www.deeprancenow.com/index\\_it.html](http://www.deeprancenow.com/index_it.html) (l'accesso: 10.10.2009).
- E. Del Castello:** <http://www.delcastello.it/> (l'accesso: 10.10.2009).
- E/2008/05/06/S:** <http://elenafalletti.wordpress.com/2008/05/16/sotto-ipnosi/> (l'accesso: 7.10.2009).
- EDG:** <http://www.erbadellastrega.it/darkworks/grandemadre/> (l'accesso: 8.10.2009).
- EEM2004:** <http://www.ebruni.it/events/moca/2004/> (l'accesso: 10.10.2009).
- EFC:** [http://www.modelfoxbrianza.it/EnzoFerrari\\_Corse.htm](http://www.modelfoxbrianza.it/EnzoFerrari_Corse.htm) (l'accesso: 5.10.2009).
- EM:** <http://www.etanali.it/meditazione.htm> (l'accesso: 6.10.2009).

- FabioWeblog/2006/06/15:** [http://fabioletterario.blog.kataweb.it/il\\_mio\\_weblog/2006/06/15/ma-non-era-la-montagna/](http://fabioletterario.blog.kataweb.it/il_mio_weblog/2006/06/15/ma-non-era-la-montagna/) (l'accesso: 19.09.2009).
- Fblog/2008/11/A:** [http://fabryunitech.blogspot.com/2008/11/le-arti-marziali-il-pensiero-parte\\_25.html](http://fabryunitech.blogspot.com/2008/11/le-arti-marziali-il-pensiero-parte_25.html) (l'accesso: 5.10.2009).
- FbT:** <http://www.facebook.com/topic.php?uid=82645337988&topic=9471> (l'accesso: 6.10.2009).
- Fit for Fun 2002:** [http://www.metaforicamente.it/hai\\_mai\\_provato\\_con\\_ipnosi.htm](http://www.metaforicamente.it/hai_mai_provato_con_ipnosi.htm) (l'accesso: 7.10.2009).
- FkVt:** <http://forum.kataweb.it/viewtopic.php?p=1886165> (l'accesso: 08.10.2009).
- FLC:** <http://www.focusing.it/Letture/ChecosasiintendeperFeltSense.htm> (l'accesso: 3.10.2009).
- Focus.it CCFT:** <http://www.focus.it/Community/cs/forums/thread/329784.aspx> (l'accesso: 8.10.2009).
- Focus.it SNI:** [http://www.focus.it/sex/comportamento/notizia/Ipnosi\\_non\\_c\\_e\\_trucco\\_non\\_c\\_e\\_inganno.aspx](http://www.focus.it/sex/comportamento/notizia/Ipnosi_non_c_e_trucco_non_c_e_inganno.aspx) (l'accesso: 7.10.2009).
- FPCM:** <http://www.fuocosacro.com/pagine/cabala/morte.htm> (l'accesso: 19.09.2009).
- FPCPS:** <http://www.fastweb.it/portale/canali/per-lui/salute-ed-eros/contenuti/articolo/?id=2492322> (l'accesso: 30.09.2009).
- FPP:** [http://www.flickr.com/photos/ph\\_argilla/2491115600/](http://www.flickr.com/photos/ph_argilla/2491115600/) (l'accesso: 29.09.2009).
- FsA/2008/10:** <http://fermatiamico.splinder.com/archive/2008-10> (l'accesso: 30.09.2009).
- FVL:** <http://forum.cosenascoste.com/viaggi-astrali-obe-e-sogni-lucidi/32766-lupo-nero.html> (l'accesso: 3.10.2009).
- FVS:** <http://forum.cosenascoste.com/viaggi-astrali-obe-e-sogni-lucidi/45105-sogni-ricorrenti-e-similarita.html> (l'accesso: 3.10.2009).
- FZF:** <http://www.freeze.it/Zsf/forums.php?action=readmsg&mid=171> (l'accesso: 3.10.2009).
- G. Angione 2007:** <http://www.pedagogisticlinici.org/approfondimenti.htm> (l'accesso: 29.09.2009).
- G. Capacchione:** 2005 <http://psicocafe.blogosfere.it/2005/11/addormentarsi-r.html> (l'accesso: 29.09.2009).
- G. Fiorani:** <http://giulianofiorani.com/sognoracconto.html> (l'accesso: 03.10.2009).
- G. Proni 1999–2000:** [http://www.infotel.it/fabula/dispense\\_poli/scheda04.htm](http://www.infotel.it/fabula/dispense_poli/scheda04.htm) (l'accesso: 29.09.2009).
- GA:** [http://www.gigarte.com/archivio.php?id\\_archivio=120&p=biografia](http://www.gigarte.com/archivio.php?id_archivio=120&p=biografia) (l'accesso: 5.10.2009).
- GAB1612S:** <http://www.geocities.com/athens/bridge/1612/sogno.htm> (l'accesso: 30.09.2009).
- Gal:** <http://www.grandieassociati.it/unintervista-a-roberto-tiraboschi-in-occasione-delluscita-del-suo-ultimo-libro-sonno/> (l'accesso: 2.10.2009).
- Gamesradar.it:** <http://gamesradar.futuregamer.it/reviews/default.asp?pagetype=2&articleid=75128&subsectionid=168> (l'accesso: 29.09.2009).
- Gblog/2007/03/01a:** [http://gambaraalcolica.blogspot.com/2007\\_03\\_01\\_archive.html](http://gambaraalcolica.blogspot.com/2007_03_01_archive.html) (l'accesso: 1.10.2009).
- Gbolgs/2007/09/01:** [http://gine.blogspot.com/2007\\_09\\_01\\_archive.html](http://gine.blogspot.com/2007_09_01_archive.html) (l'accesso: 1.10.2009).
- GEAT:** <http://www.genova.dlf.it/escursionisti/ARTICOLI/trekking1.htm> (l'accesso: 19.09.2009).

- GI/2008/12/16/m:** <http://www.giacomobruno.it/index.php/2008/12/16/ma-obama-ha-usato-lipnosi/> (l'accesso: 7.10.2009).
- Gigionews.it:** <http://www.gigionews.it/isoladelgiglio-ditelavostra.php?start=360> (l'accesso: 29.09.2009).
- GII/2000/10:** <http://guide.supereva.it/ipnosi/interventi/2000/10/14073.shtml> (l'accesso: 10.10.2009).
- GLM:** <http://www.geocities.com/liehtzu.geo/Meditazione.html> (l'accesso: 3.10.2009).
- Google/2003/10:** [http://groups.google.com/group/it.discussioni.psicologia/tree/browse\\_frm/month/2003-10/409dd76e143d9cc9?rnum=71&\\_done=/group/it.discussioni.psicologia/browse\\_frm/month/2003-10%3F&pli=1](http://groups.google.com/group/it.discussioni.psicologia/tree/browse_frm/month/2003-10/409dd76e143d9cc9?rnum=71&_done=/group/it.discussioni.psicologia/browse_frm/month/2003-10%3F&pli=1) (l'accesso: 24.08.2009).
- GPI/2006/01:** [http://guide.supereva.it/psicoterapia\\_ericksoniana/interventi/2006/01/239623.shtml](http://guide.supereva.it/psicoterapia_ericksoniana/interventi/2006/01/239623.shtml) (l'accesso: 1.09.2009).
- GPI/2006/02/24:** [http://guide.supereva.it/psicoterapia\\_ericksoniana/interventi/2006/02/244653.shtml](http://guide.supereva.it/psicoterapia_ericksoniana/interventi/2006/02/244653.shtml) (l'accesso: 1.09.2009).
- GQS:** [http://genio.virgilio.it/questions/sogni\\_interpretazione\\_famiglia\\_4956677161511/](http://genio.virgilio.it/questions/sogni_interpretazione_famiglia_4956677161511/) (l'accesso: 3.10.2009).
- GSI/2005/11:** <http://guide.supereva.it/sogni/interventi/2005/11/232475.shtml> (l'accesso: 10.10.2009).
- GSI/2008/06:** <http://guide.supereva.it/sogni/interventi/2008/06/331948.shtml> (l'accesso: 3.10.2009).
- GslG:** <http://giusimaria.spaces.live.com/guestbook/?dir=Next&pHandle=59B9B9C5EC1E25411412> (l'accesso: 29.09.2009).
- GsP:** <http://giantropomorfo.splinder.com/post/3195751> (l'accesso: 30.09.2009).
- GSR:** [http://www.giulemanidaibambini.org/stampa/glm\\_rassegnastampa\\_\\_312.pdf](http://www.giulemanidaibambini.org/stampa/glm_rassegnastampa__312.pdf) (l'accesso: 29.09.2009).
- GsS:** [http://www.gazzettadisondrio.it/2685-societa\\_\\_meno\\_medicine\\_\\_curarsi\\_e\\_curare\\_con\\_l\\_.html.com](http://www.gazzettadisondrio.it/2685-societa__meno_medicine__curarsi_e_curare_con_l_.html.com) (l'accesso: 7.10.2009).
- GSS:** <http://www.gilbertogamberini.it/Sogno/SOGNANDO%20E%20RICERCA%20NDO.htm> (l'accesso: 3.10.2009).
- GTI/2009/04I:** [http://guide.supereva.it/tai\\_chi\\_chuan\\_e\\_qi\\_gong/interventi/2009/04/I/ipnosi-regressiva-e-la-terapia-delle-vite-passate](http://guide.supereva.it/tai_chi_chuan_e_qi_gong/interventi/2009/04/I/ipnosi-regressiva-e-la-terapia-delle-vite-passate) (l'accesso: 7.10.2009).
- GYG:** <http://it.groups.yahoo.com/group/Suratshabdyoga/message/1221> (l'accesso: 5.10.2009).
- Helpsalute.it:** <http://www.helpsalute.it/DettaglioNewsArticolo.aspx?page=3&IdMacroCategoria=3&IdCategoria=39&IdNews=748> (l'accesso: 29.09.2009).
- HFAIT:** <http://www.hwupgrade.it/forum/archive/index.php/t-578839.html> (l'accesso: 1.10.2009).
- I/2009/07/C:** <http://www.ipnoguida.net/2009/07/come-autosuggestione-cosciente/> (l'accesso: 7.10.2009).
- IaiA1:** <http://www.ipnosi.autoipnosi.info/art1.htm> (l'accesso: 7.10.2009).
- IaiA2:** <http://www.ipnosi.autoipnosi.info/art2.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- IaiI:** <http://www.ipnosi.autoipnosi.info/index.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- IblogO:** <http://www.ideeregaloblog.it/orologio-sveglia-con-bomba/> (l'accesso: 19.09.2009).
- ICPF:** <http://www.ibs.it/code/9788889030806/polisi-edoardo/fantasticherie.html> (l'accesso: 7.10.2009).

- IDi:** [http://www.ipnosiclinicafirenze.it/domande\\_ipnosi.htm](http://www.ipnosiclinicafirenze.it/domande_ipnosi.htm) (l'accesso: 8.10.2009).
- IDP:** [http://www.ipnosiregressiva.it/domande-risposte-aiire-scrivi/permalink/prima\\_arrivare\\_ipnosi\\_regressiva\\_ipnosi\\_regressiva.php](http://www.ipnosiregressiva.it/domande-risposte-aiire-scrivi/permalink/prima_arrivare_ipnosi_regressiva_ipnosi_regressiva.php) (l'accesso: 7.10.2009).
- IDSG:** <http://www.icspietrasanta2.it/download/strumenti/giornalino06.pdf> (l'accesso: 30.09.2009).
- IFT:** [http://www.isvara.org/forum/topic.asp?TOPIC\\_ID=12808](http://www.isvara.org/forum/topic.asp?TOPIC_ID=12808) (l'accesso: 5.10.2009).
- IiC:** <http://ipnosi.interfree.it/cosa.htm> (l'accesso: 7.10.2009).
- IIR:** <http://www.ipnosicostruttivista.it/ipnosi/ricercaipnosi.html> \ (l'accesso: 7.10.2009).
- Interpretasogni.com:** <http://www.interpretasogni.com/> (l'accesso: 3.10.2009).
- IOSC:** <http://www.istanze.unibo.it/oscar/sentiero/cono04.htm> (l'accesso: 3.10.2009).
- IPVC:** <http://www.iisalestrandini.it/progetti/visioni/cristianesimo.htm> (l'accesso: 1.10.2009).
- IsA/2005/10:** <http://ilariar.splinder.com/archive/2005-10> (l'accesso: 10.10.2009).
- IwI:** <http://www.ipnosiweb.it/ipnosi.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- IwIp:** <http://www.ipnosiweb.it/ipnosiepsicologia.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- IwIr:** <http://www.ipnosiweb.it/ipnosi%20regressiva.htm> (l'accesso: 8.10.2009).
- JLF:** <http://www.johnlennon.it/filosofia.htm> (l'accesso: 3.10.2009).
- KForumP:** [http://www.ki9stelle.it/forum/post.asp?method=ReplyQuote&REPLY\\_ID=176&TOPIC\\_ID=41&FORUM\\_ID=5](http://www.ki9stelle.it/forum/post.asp?method=ReplyQuote&REPLY_ID=176&TOPIC_ID=41&FORUM_ID=5) (l'accesso: 6.10.2009).
- KkN:** <http://www.kwsalute.kataweb.it/Notizia/0,1044,1716,00.html> (l'accesso: 29.09.2009).
- KMr:** <http://www.kathodik.it/modules.php?name=Reviews&rop=showcontent&id=829> (l'accesso: 8.10.2009).
- L. Baldari 2001:** <http://www.psicoanalisi.it/psicoanalisi/neuroscienze/articoli/neuro2.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- L/20/11/2008/R:** <http://www.leggievai.it/20/11/2008/rene-magritte-mistero-della-natura-2468/> (l'accesso: 3.10.2009).
- L/2005/RT:** <http://www.limpe.it/2005/relazioni/testo%207.pdf> (l'accesso: 19.09.2009).
- L'Italiano 137:** <http://www.litaliano.it/archivio08/lug11.pdf> (l'accesso: 10.10.2009).
- L'Unione Sarda.it 6.09.2006:** <http://giornaleonline.unionesarda.ilsole24ore.com/Articolo.aspx?Data=20060906&Categ=0&Voce=1&IdArticolo=2033512> (l'accesso: 29.09.2009).
- Lastampa.it /CMSTP/S:** [http://www.lastampa.it/\\_web/cmstp/tmplrubriche/scienza/grubrica.asp?ID\\_blog=38&ID\\_articolo=1117&ID\\_sezione=243&sezione=](http://www.lastampa.it/_web/cmstp/tmplrubriche/scienza/grubrica.asp?ID_blog=38&ID_articolo=1117&ID_sezione=243&sezione=) (l'accesso: 30.09.2009).
- Lastampa.it/CMSTP/B:** [http://www.lastampa.it/\\_web/CMSTP/tmplRubriche/base/grubrica.asp?ID\\_blog=152&ID\\_articolo=63&ID\\_sezione=316&sezione=](http://www.lastampa.it/_web/CMSTP/tmplRubriche/base/grubrica.asp?ID_blog=152&ID_articolo=63&ID_sezione=316&sezione=) (l'accesso: 29.09.2009).
- LBS:** <http://www.liberodiscrivere.it/biblio/scheda.asp?IDOpere=89681&vedi=5> (l'accesso: 10.10.2009).
- LDPPD:** [http://www.literary.it/dati/pdv/poli/del\\_sogno\\_e\\_della\\_poesia.html](http://www.literary.it/dati/pdv/poli/del_sogno_e_della_poesia.html) (l'accesso: 30.09.2009).
- LM:** <http://www.liberamenteservo.it/modules.php?name=News&file=print&sid=247> (l'accesso: 29.09.2009).

- M. Thanavaro:** [http://www.superzeko.net/doc\\_mariothanavaro/MarioThanavaroPraticaDellaMeditazione.html](http://www.superzeko.net/doc_mariothanavaro/MarioThanavaroPraticaDellaMeditazione.html) (l'accesso: 3.10.2009).
- M. Trivelli:** <http://www.adolescenza.org/trivelli.pdf> (l'accesso: 3.10.2009).
- M/2006/02/01:** [http://martineji.blogspot.com/2006\\_02\\_01\\_archive.html](http://martineji.blogspot.com/2006_02_01_archive.html) (l'accesso: 10.10.2009).
- MaPM:** [http://www.mandalart.net/pds/mand\\_om1.htm](http://www.mandalart.net/pds/mand_om1.htm) (l'accesso: 3.10.2009).
- MaSL:** <http://www.maharishi.it/Scuolasenzastress/Lescuolenelmondo/tabid/680/language/it-IT/Default.aspx> (l'accesso: 6.10.2009).
- MBlog:** <http://209.85.129.132/search?q=cache:ITtleduabL4J:mariadar.spaces.live.com/blog/cns!381DDAE6948AF7E4!152.entry+%22mio+squisito+sonno+%22&hl=pl&ct=clnk&cd=1&gl=pl> (l'accesso: 10.10.2009).
- Mblog/2008/09/27:** [http://maldasias.blogspot.com/2008/09/diufebbraio-1992-arrivo-diu\\_27.html](http://maldasias.blogspot.com/2008/09/diufebbraio-1992-arrivo-diu_27.html) (l'accesso: 3.10.2009).
- MBlogC:** <http://mikeypunk.spaces.live.com/blog/cns!635A1EF421F2C4E8!293.entry> (l'accesso: 30.09.2009).
- MCV:** <http://www.medicinaannozero.org/content/view/48/41/1/9/> (l'accesso: 7.10.2009).
- ME:** <http://www.maithuna.it/elemento.php?ID=112> (l'accesso: 6.10.2009).
- Medicisenzafrontiere.it:** [http://www.medicisenzafrontiere.it/msfinforma/comunicati\\_stampa.asp?id=326](http://www.medicisenzafrontiere.it/msfinforma/comunicati_stampa.asp?id=326) (l'accesso: 19.09.2009).
- Meditare.it:** <http://www.meditare.it/> (l'accesso: 6.10.2009).
- MedItC:** <http://www.medicitalia.it/02it/consulto.asp?idpost=49590> (l'accesso: 29.09.2009).
- MessMP:** [http://www.messaggerosantantonio.it/messaggero/pagina\\_articolo.asp?IDX=1198IDRX=117](http://www.messaggerosantantonio.it/messaggero/pagina_articolo.asp?IDX=1198IDRX=117) (l'accesso: 10.10.2009).
- MF1:** [http://www.meditare.it/faq/qa\\_01.htm#meditazione](http://www.meditare.it/faq/qa_01.htm#meditazione) (l'accesso: 3.10.2009).
- MF2:** [http://www.meditare.it/faq/qa\\_02.htm](http://www.meditare.it/faq/qa_02.htm) (l'accesso: 3.10.2009).
- MF4:** [http://www.meditare.it/faq/qa\\_04.htm](http://www.meditare.it/faq/qa_04.htm) (l'accesso: 3.10.2009).
- MF5:** [http://www.meditare.it/faq/qa\\_05.htm](http://www.meditare.it/faq/qa_05.htm) (l'accesso: 3.10.2009).
- MF6:** [http://www.meditare.it/faq/qa\\_06.htm](http://www.meditare.it/faq/qa_06.htm) (l'accesso: 3.10.2009).
- MgM:** <http://www.meditationguru.com/downloads/Meditazione-Italian.pdf> (l'accesso: 3.10.2009).
- MHH:** <http://www.meditare.it/home/home.htm> (l'accesso: 6.10.2009).
- MI:** <http://www.maneeshajames.com/index9fa2.html?objectId=0372C07A-40D0-703F-2963AE6B31CED9BC> (l'accesso: 6.10.2009).
- MIIL:** [http://www.mybestlife.com/ita\\_salute/incasodi/insonnia.htm](http://www.mybestlife.com/ita_salute/incasodi/insonnia.htm) (l'accesso: 10.10.2009).
- MmI:** [http://www.mamamia.tv/index.php?module=v4bJournal&func=journal\\_view&mode=comment&uid=1390&jid=9775](http://www.mamamia.tv/index.php?module=v4bJournal&func=journal_view&mode=comment&uid=1390&jid=9775) (l'accesso: 30.09.2009).
- MMM:** <http://www.meditare.it/meditazione/meditazione.htm> (l'accesso: 3.10.2009).
- MMMb:** <http://www.meditare.it/meditazione/meditare.htm> (l'accesso: 3.10.2009).
- MMNNI:** [http://www.meditare.it/meditazione/nuovi\\_nel\\_nuovo\\_istante.htm](http://www.meditare.it/meditazione/nuovi_nel_nuovo_istante.htm) (l'accesso: 6.10.2009).
- MMOr:** <http://www.meditare.it/meditazione/orientamenti.htm> (l'accesso: 6.10.2009).
- MMOs:** <http://www.meditare.it/meditazione/osservare.htm> (l'accesso: 3.10.2009).
- MMPaP:** [http://www.meditare.it/meditazione/presenti\\_al\\_presente.htm](http://www.meditare.it/meditazione/presenti_al_presente.htm) (l'accesso: 3.10.2009).



- MMPeP:** [http://www.meditare.it/meditazione/principiare\\_e\\_perseverare.htm](http://www.meditare.it/meditazione/principiare_e_perseverare.htm) (l'accesso: 3.10.2009).
- MMQO:** [http://www.meditare.it/meditazione/qui\\_e\\_ora.htm](http://www.meditare.it/meditazione/qui_e_ora.htm) (l'accesso: 3.10.2009).
- MMT:** <http://www.meditare.it/meditazione/tecniche.htm> (l'accesso: 3.10.2009).
- MobA:** <http://masseria.over-blog.com/article-6791072.html> (l'accesso: 6.10.2009).
- MPMS** <http://members.xoom.virgilio.it/Perrone/medicina/sonno.htm> (l'accesso: 30.09.2009).
- MQQ:** <http://www.meditare.it/quesiti/quesiti26.htm> (l'accesso: 6.10.2009).
- MRA2002:** [www.meditazionecristiana.org/rtf/autunno2002.rtf](http://www.meditazionecristiana.org/rtf/autunno2002.rtf) (l'accesso: 6.10.2009).
- MsA/2009/04:** <http://messapico85.splinder.com/archive/2009-04> (l'accesso: 3.10.2009).
- N. Lalli:** <http://www.neurolinguistic.com/proxima/james/jam-21.htm> (l'accesso: 1.10.2009).
- NCC:** <http://www.nuovaacropoli-cultura.it/conferenze-e-incontri-culturali/conferenza-la-sostanza-dei-sogni-seconda-parte/> (l'accesso: 30.09.2009).
- NMBlogB:** [http://it.netlog.com/Marta\\_Pelly/blog/blogid=5704965#blog](http://it.netlog.com/Marta_Pelly/blog/blogid=5704965#blog) (l'accesso: 29.09.2009).
- NmG:** <http://www.naturalismedicina.it/glossario.asp?i=67> (l'accesso: 7.10.2009).
- NPASI:** <http://www.neurolinguistic.com/pnl/articles/sport/index.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- NPO/27/07/2008:** [www.nostrasignoradelsacrocuore.it/public/omelie/270708.doc](http://www.nostrasignoradelsacrocuore.it/public/omelie/270708.doc) (l'accesso: 3.10.2009).
- OFPP:** <http://www.opsonline.it/forum/psicologia-3d/un-pipistrello-13789.html> (l'accesso: 1.10.2009).
- OFPS:** <http://www.opsonline.it/forum/psicologia-3d/sogno-due-menti-69898.html> (l'accesso: 2.10.2009).
- OMNBI:** [http://www.ordinepsicologiveneto.it/media/news/Brochure/L'induzione%20ipnotica%20Padova\\_marzo-maggio09.pdf](http://www.ordinepsicologiveneto.it/media/news/Brochure/L'induzione%20ipnotica%20Padova_marzo-maggio09.pdf) (l'accesso: 7.10.2009).
- OOM:** [http://www.oracammianiemoeretti.com/oce/more.php?id=A2092\\_0\\_1\\_0\\_M](http://www.oracammianiemoeretti.com/oce/more.php?id=A2092_0_1_0_M) (l'accesso: 3.10.2009).
- Ottantaventiblog/2006/12:** <http://ottantaventi.blogspot.com/2006/12/come-svegliarsi-presto-alla-mattina.html> (l'accesso: 10.10.2009).
- P/2007/04/17/s:** <http://lapoesiaelospirito.wordpress.com/2007/04/17/sogno-come-vita-o-come-fuga-da-essa/> (l'accesso: 1.10.2009).
- PAPF:** <http://www.pensieriparole.it/aforismi/personaggi-famosi/frase-2644> (l'accesso: 6.10.2009).
- Parchi e Riserve 1/07:** <http://www.edinat.it/pdf/Il%20fenomeno%20del%20letargo.pdf> (l'accesso: 19.09.2009).
- Pblog/2009/07/Ids:** <http://psicheblog-sytry82.blogspot.com/2009/07/linterpretazione-dei-sogni-2-di-15.html> (l'accesso: 3.10.2009).
- Pbolgspot/2009/01/Cs:** <http://paterpuer.blogspot.com/2009/01/condividere-il-sonno.html> (l'accesso: 29.09.2009).
- PBPR:** <http://www.pianetamamma.it/il-bambino/pianto-e-sonno-il-bambino/i-rituali-dei-bambini.html> (l'accesso: 29.09.2009).
- PbRS:** [http://www.pbases.com/ribes/una\\_storia\\_di\\_cose\\_perse\\_ritrovate\\_nei\\_sogni](http://www.pbases.com/ribes/una_storia_di_cose_perse_ritrovate_nei_sogni) (l'accesso: 1.10.2009).

- PCC 2003-04:** <http://www.parrocchia-sanrocco.it/circoloculturale/conferenze/2003-04.pdf> (l'accesso: 29.09.2009).
- PchS/2007/11/16:** <http://lapupachasonno.wordpress.com/2007/11/16/ho-sognato/> (l'accesso: 10.10.2009).
- PcMf:** <http://www.puntocuore.org/La-mostra-fotografica.html> (l'accesso: 8.10.2009).
- PI:** <http://www.protestantcemetery.it/itinerario1.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- PIC:** [http://procurarartigo.com/it/Cura-Insonnia-Con-Meditazione\\_37911/](http://procurarartigo.com/it/Cura-Insonnia-Con-Meditazione_37911/) (l'accesso: 6.10.2009).
- PIM:** <http://www.psicolife.com/il-metodo-di-milton-erickson.html> (l'accesso: 8.10.2009).
- PnlCMA:** <http://www.pnl-nlp.org/courses/minisite/article.php?sid=18&artid=219> (l'accesso: 10.10.2009).
- PNR:** [http://www.pequodedizioni.it/news/rpq\\_53.html](http://www.pequodedizioni.it/news/rpq_53.html) (l'accesso: 30.09.2009).
- PoIA:** <http://www.psiconline.it/article.php?sid=2175> (l'accesso: 10.10.2009).
- PPNAN:** <http://www.psicanalisi.it/psicoanalisi/neuroscienze/articoli/neuro2.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- Psichesoma:** <http://www.psichesoma.com/5-miti-sui-disturbi-del-sonno/> (l'accesso: 10.10.2009).
- PsP:** <http://piccolaglist.splinder.com/post/7917177> (l'accesso: 29.09.2009).
- PSTSTesi:** <http://www.psyco.com/sitosport/tesicorsistl/sacchettino1/TESI.HTM> (l'accesso: 10.10.2009).
- PwFI:** [http://www.psicologoweb.net/l\\_ipnosi\\_nella\\_disassuefazione\\_tabagica.html](http://www.psicologoweb.net/l_ipnosi_nella_disassuefazione_tabagica.html) (l'accesso: 8.10.2009).
- QDC:** [http://www.quellochenonsai.com/dormire\\_bene/cose\\_il\\_sonno.php](http://www.quellochenonsai.com/dormire_bene/cose_il_sonno.php) (l'accesso: 10.10.2009).
- R/2005/09/05/Z:** <http://www.roswell.it/2005/09/05/zanfretta-indagine-baldi.html> (l'accesso: 8.10.2009).
- Radio24/ES:** [http://www2.radio24.ilsole24ore.com/esserebenessere/sonno\\_scheda\\_5.htm](http://www2.radio24.ilsole24ore.com/esserebenessere/sonno_scheda_5.htm) (l'accesso: 10.10.2009).
- RdvA:** <http://www.ricerchedivita.it/abilitarelacionesogni.htm> (l'accesso: 3.10.2009).
- Repubblica.it/2007/01/04:** <http://ricerca.repubblica.it/repubblica/archivio/repubblica/2007/01/04/nuovi-treni-sulla-orte-fiumicino-piu-posti.html> (l'accesso: 10.10.2009).
- Repubblica.it/NDP:** <http://miojob.repubblica.it/notizie-e-servizi/notizie/dettaglio/perdere-il-sonno-per-il-lavoro-succede-a-un-italiano-su-dieci/3312321> (l'accesso: 10.10.2009).
- RetinaSuisse 1/2003:** <http://www.retina.ch/journal/2003/rsj2003-01-i-7.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- RGA:** <http://www.reteculturalevirginia.net/galleria/ariall/658-T-3630.doc> (l'accesso: 10.10.2009).
- Riff:** <http://ilregnoinfinito.forumfree.net/?t=26758578&view=getlastpost> (l'accesso: 3.10.2009).
- Rodiola.it:** [http://www.rodiola.it/dormire\\_bene.php](http://www.rodiola.it/dormire_bene.php) (l'accesso: 29.09.2009).
- RRIC:** <http://www.reiki.it/reiki/index.php?q=it/comunit-spirituali-italia-nel-mondo> (l'accesso: 5.10.2009).
- RsA/2004/07:** <http://ribelle.splinder.com/archive/2004-07> (l'accesso: 3.10.2009).

- S. Rodighiero:** <http://www.doppio-sogno.it/numero1/ita/rodighiero501.pdf> (l'accesso: 3.10.2009).
- S. Sansolini:** [http://www.google.pl/url?sa=t&source=web&ct=res&cd=3&url=http%3A%2F%2Fwww.associazionereico.it%2FUserFiles%2FFile%2FII%2520sogno%2C%2520notizie%2520dall%2527interno.doc&ei=IwF0SqbjKo-enQOo1KmnDA&usg=AFQjCNHUd-JjtYki1-a9Kmxvrj9qI-xPIg&sig2=bsSBOEkiDFM\\_xx1elxkCSw](http://www.google.pl/url?sa=t&source=web&ct=res&cd=3&url=http%3A%2F%2Fwww.associazionereico.it%2FUserFiles%2FFile%2FII%2520sogno%2C%2520notizie%2520dall%2527interno.doc&ei=IwF0SqbjKo-enQOo1KmnDA&usg=AFQjCNHUd-JjtYki1-a9Kmxvrj9qI-xPIg&sig2=bsSBOEkiDFM_xx1elxkCSw) (l'accesso: 3.10.2009).
- S/2006/04/14/P:** <http://salvotom.wordpress.com/2006/04/14/il-percorso/> (l'accesso: 1.10.2009).
- Salutare19:** [http://www.salutare.info/pdf/19\\_29.pdf](http://www.salutare.info/pdf/19_29.pdf) (l'accesso: 7.10.2009).
- SansP/2008/06/26:** <http://senzaalcunnome.splinder.com/post/17605815> (l'accesso: 3.10.2009).
- SansP/2008/07/08:** <http://senzaalcunnome.splinder.com/post/17735674> (l'accesso: 10.10.2009).
- Sblog/2006/03/I:** <http://svegli.blogspot.com/2006/03/lipnosi-come-cura-della-bellezza-nelle.html> (l'accesso: 3.10.2009).
- Sblog/2006/09/01a:** [http://sogniesegni.blogspot.com/2006\\_09\\_01\\_archive.html](http://sogniesegni.blogspot.com/2006_09_01_archive.html) (l'accesso: 5.10.2009).
- Sblog/2009/02/P:** <http://spiritusardu.blogspot.com/2009/02/la-psicofisiologia-del-sogno-lucido.html> (l'accesso: 1.10.2009).
- SBT:** <http://stagionedipsiche.altervista.org/blog/?tag=sogno-lucido> (l'accesso: 3.10.2009).
- Sc/2008/01/15ms:** [http://sciamano.ilcannocchiale.it/2008/01/15/la\\_meditazione\\_sciamanica.html](http://sciamano.ilcannocchiale.it/2008/01/15/la_meditazione_sciamanica.html) (l'accesso: 5.10.2009).
- ScienzagiovaneS7:** <http://www.scienzagiovane.unibo.it/sonno/7-sonno-funzione.html> (l'accesso: 10.10.2009).
- ScienzagiovaneS8:** <http://www.scienzagiovane.unibo.it/sonno/8-sonno-patologia.html> (l'accesso: 10.10.2009).
- ScsRR:** [www.scriviconloscrittore.org/.../10%20-%20ROBERTA%20RAIMONDI.doc](http://www.scriviconloscrittore.org/.../10%20-%20ROBERTA%20RAIMONDI.doc) (l'accesso: 30.09.2009).
- SforumD:** <http://sentistoria.freeforumzone.leonardo.it/discussione.aspx?idd=3100281> (l'accesso: 6.10.2009).
- SmP:** <http://www.scrivere.mobi/poesia.php?poesia=78177> (l'accesso: 10.10.2009).
- SmsIvcs/2008/07/30:** <http://storiemaiscritte.wordpress.com/2008/07/30/in-viaggio-io-coi-sogni/> (l'accesso: 1.10.2009).
- Solo Vela 06.2005:** [http://www2.solovela.net/immagini/Storie\\_di\\_mare/04/SV41\\_Manfred\\_Marktel.pdf](http://www2.solovela.net/immagini/Storie_di_mare/04/SV41_Manfred_Marktel.pdf) (l'accesso: 29.09.2009).
- Srcm:** <http://www.srcm.org/welcome/faq.jsp?locale=it> (l'accesso: 3.10.2009).
- SrRns:** [http://www.sognirispоста.it/rientro\\_nel\\_sogno.htm](http://www.sognirispоста.it/rientro_nel_sogno.htm) (l'accesso: 06.10.2009).
- SRTT:** [http://www.stazioneceleste.it/recon/Trasmissioni/Tempo\\_Non\\_tempo.htm](http://www.stazioneceleste.it/recon/Trasmissioni/Tempo_Non_tempo.htm) (l'accesso: 10.10.2009).
- SsA/2006/11:** <http://soledentro.splinder.com/archive/2006-11> (l'accesso: 10.10.2009).
- SSIIE:** <http://sognosogni.com/sogno-sogni/linterpretazione-dei-sogni/lesperienza-interiore-come-fonte-del-sogno/> (l'accesso: 3.10.2009).
- SSS:** <http://www.studisciamanici.it/sogno.html> (l'accesso: 30.09.2009).
- ST:** [http://santacittarama.altervista.org/tuccho\\_potila.htm](http://santacittarama.altervista.org/tuccho_potila.htm) (l'accesso: 6.10.2009).
- SubsonicaDiario:** <http://www.subsonica.it/diario.asp?o=c&p=10> (l'accesso: 10.10.2009).



- T21S:** [http://www.tabaccheria21.net/il\\_sogno.htm](http://www.tabaccheria21.net/il_sogno.htm) (l'accesso: 3.10.2009).
- TCII:** <http://www.tecniche-ipnosi.com/pnl-corsi/IPNOSI/18/ipnosi-3.htm> (l'accesso: 6.10.2009).
- TIV:** [http://www.technogym.com/it/viewdoc.asp?co\\_id=1695](http://www.technogym.com/it/viewdoc.asp?co_id=1695) (l'accesso: 10.10.2009).
- TorinoColdretti.it:** [www.torino.coldiretti.it/RenderImg.aspx?CI=13607472](http://www.torino.coldiretti.it/RenderImg.aspx?CI=13607472) (l'accesso: 10.10.2009).
- Treccani Enciclopedia- sogno:** [http://www.treccani.it/Portale/elements/categoriesItems.jsp?category=scienze\\_della\\_vita/medicina/fisiologia\\_umana/&parentFolder=/Portale/sito/altre\\_aree/scienze\\_della\\_vita/medicina/&addNavigation=scienze\\_della\\_vita/medicina/fisiologia\\_umana/&lettera=S&pathFile=/sites/default/BancaDati/Enciclopedia\\_online/S/ENCICLOPEDIA\\_UNIVERSALE\\_3\\_VOLUMI\\_3\\_vol\\_020968.xml](http://www.treccani.it/Portale/elements/categoriesItems.jsp?category=scienze_della_vita/medicina/fisiologia_umana/&parentFolder=/Portale/sito/altre_aree/scienze_della_vita/medicina/&addNavigation=scienze_della_vita/medicina/fisiologia_umana/&lettera=S&pathFile=/sites/default/BancaDati/Enciclopedia_online/S/ENCICLOPEDIA_UNIVERSALE_3_VOLUMI_3_vol_020968.xml) (l'accesso: 3.10.2009).
- Trentino/03/12/09:** <http://www.povo.it/trentino/031209.htm> (l'accesso: 10.10.2009).
- TSW/2007/12:** <http://thesleepers.wordpress.com/2007/12/> (l'accesso: 19.09.2009).
- TSWCS:** <http://thesleepers.wordpress.com/category/sleeping-guest-star/> (l'accesso: 30.09.2009).
- TSWSCM:** <http://thesleepers.wordpress.com/2007/12/16/sleeping-guest-star-meg/> (l'accesso: 10.10.2009).
- U/2005/02/06/A:** [http://ubermensch.ilcannocchiale.it/2005/02/06/ancora\\_sul\\_sogno.html](http://ubermensch.ilcannocchiale.it/2005/02/06/ancora_sul_sogno.html) (l'accesso: 3.10.2009).
- UaI:** <http://ufoonline.altervista.org/ipnosi1.htm> (l'accesso: 7.10.2009).
- UAI:** <http://www.unitevi.it/archive/index.php?t-8627.html> (l'accesso: 30.09.2009).
- UCD 2005:** <http://ulisse.sissa.it/chiediAUlisse/domanda/2005/Ucau050311d003> (l'accesso: 30.09.2009).
- UDAS:** [http://www.uniss.it/documenti/affariGenerali/un\\_sogno\\_inaspettato.pdf](http://www.uniss.it/documenti/affariGenerali/un_sogno_inaspettato.pdf) (l'accesso: 3.10.2009).
- UIC:** <http://www.unknown.it/ipnosi/cos-e-l-ipnosi/> (l'accesso: 6.10.2009).
- Universonline/06/04/11:** [http://www.universonline.it/\\_scienza/articoli\\_med/06\\_04\\_11\\_a.php](http://www.universonline.it/_scienza/articoli_med/06_04_11_a.php) (l'accesso: 10.10.2009).
- V. Continelli:** <http://www.tesionline.com/intl/preview.jsp?id=18168> (l'accesso: 3.10.2009).
- V. Guagliardo:** <http://www.ecn.org/filiarmonici/mete05.html> (l'accesso: 1.10.2009).
- VML:** <http://www.vandrermodyset.dk/it/m-ko36.htm> (l'accesso: 30.09.2009).
- VoceSuIP:** [http://www.vocesuiip.com/axon\\_virtual\\_pbx\\_e\\_messaggio\\_su\\_attesa-t8149.0.html](http://www.vocesuiip.com/axon_virtual_pbx_e_messaggio_su_attesa-t8149.0.html) (l'accesso: 10.10.2009).
- VVI:** [http://www.viaggiarelaax.it/viaggi/index.php?option=com\\_content&task=view&id=120&Itemid=76](http://www.viaggiarelaax.it/viaggi/index.php?option=com_content&task=view&id=120&Itemid=76) (l'accesso: 6.10.2009).
- W/2006/03/R:** <http://wellnesseperformance.blogosfere.it/2006/03/riposo-disturbi.html> (l'accesso: 19.09.2009).
- WBlogC:** <http://worldwideshut.spaces.live.com/Blog/cns!A1F52B5992A3BEB3!138.entry> (l'accesso: 30.09.2009).
- WI/2002/08/08/A:** [http://www.watchtower.org/i/20020808/article\\_01.htm](http://www.watchtower.org/i/20020808/article_01.htm) (l'accesso: 10.10.2009).
- WMMY:** [http://it.wikipedia.org/wiki/Maharishi\\_Mahesh\\_Yogi](http://it.wikipedia.org/wiki/Maharishi_Mahesh_Yogi) (l'accesso: 3.10.2009).
- WPB:** <http://it.wikipedia.org/wiki/Portale:Buddhismo> (l'accesso: 5.10.2009).

- Xblog/2006/01/15:** [http://xiaodongpeople.blogspot.com/2006\\_01\\_15\\_archive.html](http://xiaodongpeople.blogspot.com/2006_01_15_archive.html) (l'accesso: 6.10.2009).
- XTT:** <http://xenu.com-it.net/txt/terapia.htm> (l'accesso: 7.10.2009).
- Yahoo/2006/10/10:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20061010092030AAwxTbM> (l'accesso: 3.10.2009).
- Yahoo/2007/05/13:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20070513145955AAEAVIU> (l'accesso: 30.09.2009).
- Yahoo/2007/08/24:** <http://au.answers.yahoo.com/question/index?qid=20070824053149AArAf4e> (l'accesso: 28.08.2009).
- Yahoo/2007/11/19:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20071119132104AALSpXI&show=7> (l'accesso: 3.10.2009).
- Yahoo/2008/02/05:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080205041254AAFPUED> (l'accesso: 10.10.2009).
- Yahoo/2008/04/06:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080406025119AAAtIyv7> (l'accesso: 19.09.2009).
- Yahoo/2008/02/29:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080229091013AAI2sHa> (l'accesso: 24.08.2009).
- Yahoo/2008/03/02:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080302111703AAwze2L> (l'accesso: 8.10.2009).
- Yahoo/2008/04/12:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080412005857AAJEB7C> (l'accesso: 3.10.2009).
- Yahoo/2008/04/25:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080425020051AA1iRc3> (l'accesso: 3.10.2009).
- Yahoo/2008/06/05:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080605054132AAqeWkF> (l'accesso: 24.08.2009).
- Yahoo/2008/07/09:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080709163307AAz52nk> (l'accesso: 2.10.2009).
- Yahoo/2008/09/20:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080920064403AAFENK4> (l'accesso: 10.10.2009).
- Yahoo/2008/09/23:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20080923230518AAKRtY4> (l'accesso: 3.10.2009).
- Yahoo/2008/10/09:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20081009123138AAAtOWj6> (l'accesso: 3.10.2009).
- Yahoo/2008/10/24:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20081024012903AAZEz7a> (l'accesso: 3.10.2009).
- Yahoo/2009/01/09:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20090109154048AA8mEA8> (l'accesso: 19.09.2009).
- Yahoo/2009/07/30:** <http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20090730235854AA1TCZK> (l'accesso: 3.10.2009).
- YsM:** <http://www.yogasama.it/meditazione.html> (l'accesso: 6.10.2009).
- YtW:** <http://www.youtube.com/watch?v=zSm2n2bAKfi> (l'accesso: 10.10.2009).
- YY:** <http://www.yogasama.it/yoga.html> (l'accesso: 6.10.2009).
- Zenzero blog:** <http://zenzero.over-blog.com/article-25832385.html> (l'accesso: 10.10.2009).
- ZrFi:** <http://www.zambellorenzo.it/faqipnosi.htm> (l'accesso: 8.10.2009).
- Zucklog:** <http://www.zucklog.net/?p=13> (l'accesso: 19.09.2009).



# Indice dei nomi

## A

Abelson Robert P. 16, 183  
Amici Roberto 62, 63, 185  
Anderson John M. 49, 179  
Angilieri Sergio 62, 185  
Antunes António L. 74, 186

## B

Baker Mark C. 49, 179  
Balconi Michela 58, 59, 179  
Baldauf Christa 9, 25, 30–32, 68, 69, 70, 179  
Bellezza Dario 65, 179  
Bertuccioli Manolo 59, 179  
Bhate Saroja 47, 179  
Bierwiazzonek Bogusław 45, 46, 179  
Black Max 37, 38, 179  
Blake Frank R. 47, 49, 179  
Blumenberg Hans 35, 36, 179  
Bonatti Gallego Adamaria 120, 185

## C

Cardona George C. 47, 179  
Cassirer Ernst 35, 179  
Cervantes Saavedra Miguel 78, 185  
Chaffin Roger 42, 185  
Chiodo Alessandro 106  
Chomsky Noam 47, 179  
Cicerone Marco Tullio 65, 185  
Cienki Alan 18, 179  
Coelho Paulo 150, 186  
Colciaghi Giovanna 147, 187  
Colston Herbert 24, 181  
Coluccia Stefania 37, 185  
Cooper David E. 33, 179  
Cruse D. Alan 49, 180

## D

De Giacomo Piero 158, 180, 186  
Deane Paul D. 18, 180  
Del Castello Emanuele 141, 185, 190  
Del Vecchio Marcello 57, 59, 180  
Demaria Cristina 36, 185  
De Mauro Tullio 9, 61, 64, 87, 88, 92, 115, 119, 120, 141, 186  
Denning Melita 89, 186  
Dewell Robert B. 18, 180  
Dewey John 17, 180  
Dik Simon C. 52, 180  
Dodge Ellen 17–19, 180  
Dowty David 9, 47–53, 73, 154, 180

## E

Engels Friedrich 34

## F

Farano Giovanni 147, 187  
Fauconnier Gilles 27, 38, 97, 180, 185  
Fillmore Charles 38, 47, 48, 180  
Foley William A. 49, 51, 180  
Fowler Roger 27, 181  
Frege Gottlob 13, 181  
Freud Sigmund 89, 90, 146, 148, 187

## G

Gallagher Shaun 18, 181  
Gallese Vittorio 18, 181  
Gamberini Gilberto 147, 187  
Gangi Giuseppe 93, 187  
Gherardi Danilo 147, 154, 187  
Gibbs Raymond W. 24, 181  
Goleman Daniel 120, 181  
Grady Joseph E. 27, 28, 181

Gruber Jeffrey S. 47, 51, 181

## H

Hartung Johann A. 35, 181

Herrman Douglas 42, 185

Hesse Mary B. 27, 181

## I

Iovinelli Alessandro 108, 187

## J

Jackendoff Ray S. 47, 48, 49, 181

James William 17, 181

Jäkel Olaf 9, 25–27, 32–36, 38, 67, 162, 181

Jensen de López Kristine 18, 183

Jensen Wilhelm 89, 90, 187

Johnson Christopher 27, 28, 181

Johnson Mark 9, 13, 14, 16–21, 24–34, 36, 38, 45, 150, 180–182

## K

Kailuweit Rolf 50, 181

Kak Subhash 47, 179

Kant Immanuel 16, 35, 181

Keenan Edward L. 52, 182

Kittay Eva F. 33, 182

Kopka Sonia 32, 182

Kreitzer Anatol 18, 182

Kuhn Thomas S. 162, 182

## L

Lakoff George 9, 13, 14, 16–34, 36–43, 45, 49, 67, 70, 150, 180–182

Langacker Ronald 38, 182

Lawler John M. 33, 182

Libet Benjamin 52, 182

Liotti Giovanni 58, 59, 182

Locke John 35, 182

Ludwig Arnold M. 59, 182

## M

Mac Cormac Earl 33, 182

Malet Léo 97, 187

Mancia Mauro 61, 92, 104, 106, 107, 113, 182, 187

Mandler Jean M. 19, 182

Marantz Alec P. 49, 182

Margnelli Marco 88, 185

Massidda Gioia 89

Meier Carl A. 105, 187

Melotti Monica 93, 94, 98, 102, 104, 111, 187

Merleau-Ponty Maurice 17, 182

Miczka Ewa 42–44, 182

Miscia Antonio 120, 186

Müller Max Friedrich 35, 183

Murphy Joseph 150, 187

## N

Narayanan Srini 26, 27, 29, 183

Nowakowska-Kempna Iwona 45, 183

Nasone P. Ovidio 65, 186

Núñez Rafael 24, 182

## O

Osho 134, 137, 187

## P

Pānini 47, 179

Parker Julia 112, 187

Parmeggiani Pier Luigi 62, 63, 185

Pezzuolo Giovanni 14, 183, 186

Phillips Osborne 89, 187

Piaget Jean 14, 183

Pieron Henri 61, 183

Pierri Giampaolo 58, 180

Primus Beatrice 52, 58, 180, 183

## Q

Quinn Naomi 18, 183

## R

Reddy Michael 31, 183

Resnik Salomon 58, 158, 180, 186

Riemsdijk van Henk 49, 183

Rosch Eleanor 41, 183

Rossi Barbara 103, 187

Rozwadowska Bożena 49, 183

Ryzl Milan 148, 187

## S

Sadhu Mouni 133, 187

Schank Roger 16, 183

Scheller Max 45, 183

Selvini Matteo 89, 187

Shapiro Deane H. 120, 183

Shore Bradd 18, 183

Simões Mario 57, 183  
Simpson Paul 27, 183  
Sinha Chris 18, 181, 183  
Sorrentino Anna M. 89, 187  
Standaert Benoît 103, 187  
Stowell Tim 47, 183  
Sutich Anthony 120, 186  
Sweetser Eve E. 25, 184

## T

Talmy Leonard 17, 49, 51, 184  
Talvacchia Mario 58, 59, 186  
Tart Charles 58, 59, 182, 184  
Tornese Valentina 37, 186  
Tripaldi Fabio 105, 187  
Turner Mark 15, 16, 18, 25, 27, 180,  
184, 185

## V

Van Valin Robert D. 49, 51, 180, 184

## W

Walsh Roger N. 120, 183  
Wassermann Jakob 136, 187  
Weinrich Harald 36, 37, 184  
Weyl Hermann 15, 184  
Whorf Benjamin L. 35, 184  
Wierzbicka Anna 45, 184  
Williams Edwin 49, 183  
Winston Morton E. 42, 180  
Winter Steven L. 24, 185  
Wittgenstein Ludwig 45, 185

## Z

Zambrano María 95, 187  
Zingarelli Nicola 119, 141, 142, 150,  
151, 186  
Zlatev Jordan 18, 181, 185

# Indice dei termini

- analogia 35, 191
- aree semantiche 37
- astratto 9, 15, 19, 24, 25, 26, 27, 31, 32, 34, 35, 44, 67, 68, 70, 150
- campo d'immagine 36, 37
- campi semantici 37
- categorizzazione 14, 31, 48, 114
- concettualizzazione 9, 10, 14, 15, 18, 19, 29, 33, 44, 45, 59, 60, 61–64, 65–177
- concreto 19, 25, 26, 31, 34, 67, 70, 93, 157
- corpo 9, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 25, 27, 34, 45, 63, 70, 73, 79, 90, 91, 97, 100, 111, 117, 128, 132, 136, 137, 145, 156, 158, 161, 170, 177
- coscienza 9, 57, 58, 59, 60, 61, 63, 64, 91, 94, 97, 100, 103, 120, 132, 144, 196
  - cambiamento dello stato (di coscienza) 9, 47, 76, 98
  - stati di coscienza (alterata) / stati (alterati) di coscienza 9, 10, 19, 44, 45, 47, 55, 57, 58, 59, 60, 63, 86, 88, 89, 90, 101, 113, 117, 120, 122, 138, 142, 144, 145, 148, 150, 152, 164, 165, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 182, 184, 186
  - stati di coscienza modificata / stati modificati di coscienza 58, 59
- dominio concettuale 25, 27, 29, 34, 39, 40, 45, 66, 67, 78, 170, 172, 177
  - dominio bersaglio 25, 26, 27, 32, 34, 38, 40, 67, 70, 85
- dominio origine 25, 26, 27, 31, 32, 34, 37, 38, 40, 67, 70, 85, 91, 104, 137, 172, 175, 176
- esperienza 9, 14, 15, 16, 20, 22, 23, 25, 27, 28, 29, 30, 32, 35, 39, 45, 53, 57, 58, 59, 67, 70, 75, 77, 101, 103, 120, 122, 128, 130, 156, 162, 177
- grammatica del caso 48
  - casi profondi 47, 48
- ICM (modelli cognitivi idealizzati) 31, 32, 37, 38–44, 45, 68, 70
  - modelli metaforici 36, 40, 44, 55–64, 165–174
  - modelli metonimici, metonimia 22, 38, 39, 40–42, 44, 88
    - (caso) ideale 40, 41, 44
    - esempio saliente 40, 41, 42, 44
    - esempio tipico 40, 41, 42, 44
    - esemplare 40, 41, 42, 44
    - generatore 40, 41, 42, 44
    - sottomodello 40, 41, 42, 44
    - stereotipo sociale 40, 41, 42, 44
- modelli proposizionali 38, 39–40, 44
  - categoria radiale 23, 39, 40, 44
  - elenco dei tratti 39, 44
  - proposizione semplice 39
  - scenario 39, 40, 44
  - tassonomia 39, 42, 44
- modelli simbolici 43, 44

linguistica cognitiva 18, 24

mente 10, 11, 13, 14, 15, 91, 92, 96, 97, 99, 103, 105, 106, 108, 109, 110, 112, 119, 120, 122, 125, 128, 130, 131, 132, 136, 141, 142, 145, 146, 152, 156, 159, 161, 172, 187  
 mente incorporata 14, 15, 17, 21, 43, 45

mente disincorporata 13, 14

metafora 10, 13, 15, 22–38, 39, 40, 44, 45, 46, 67, 70, 84, 85, 91, 122, 126, 127, 162, 164, 168, 174, 175, 181, 182, 183, 185, 186  
 approccio onomasiologico 37, 45

approccio semasiologico 37, 45

classificazione delle metafore di Ch. Baldauf 25, 30, 31–32

costellazioni metaforiche 32, 70, 106, 137, 162

metafora attributiva 31–32, 69

metafora ontologica 31, 68, 91

metafora schematico-immaginativa 32, 70

classificazione delle metafore di G. Lakoff e M. Johnson 25, 30, 31

metafora ontologica 31, 32, 44, 70

metafora spaziale / di orientamento 19, 23, 31, 32, 44, 70, 150

metafora strutturale 31, 32, 44, 70, 125, 162

dimensione diacronica 33–34, 36

espressione metaforica 25, 27, 29, 30, 33, 36, 38, 126

metafora concettuale 9, 24, 25, 26, 27, 30, 32, 33, 35, 36, 37, 38, 77, 165

metafora convenzionale 25, 28, 30, 33, 34

metafora del canale (conduit metaphor) 31

metafora primaria 27, 28, 29, 30, 122, 175

metafora complessa 28, 29, 30

metafore assolute 35

metafore morte 33, 34

metafore specialistiche 34

metafore vive 34

proiezione metaforica / transfer metaforico 25, 26, 29, 32, 34, 38, 67, 70, 178

teoria cognitiva della metafora 9, 24–38, 67

teoria della metafora primaria 27, 28

teoria integrata della metafora primaria 26, 27, 29

teoria interattiva della metafora 37

teoria neurale della metafora 26, 27, 29

modelli mentali ipotetici 37

percezione 14, 20, 27, 35, 37, 51, 52, 67, 87, 90, 120, 124, 131, 136, 141, 183, 186, 187

profilo (profilare, elemento profilato) 20, 21, 22, 68, 73, 75, 76, 92, 98, 101, 102, 115, 124, 126, 145, 147, 175

psicologia 10, 18, 24, 52, 57, 58, 59, 61, 89, 120, 141, 146, 152, 157, 179, 180, 181, 183

ruoli tematici 47–53

macroruoli semantici 50

proto-ruoli tematici 9, 47, 51–53, 66, 107, 154, 178

Proto-agente 51–53, 65, 66, 68, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 83, 84, 95, 96, 98, 100, 102, 104, 105, 107, 108, 109, 112, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 133, 134, 135, 136, 146, 147, 148, 149, 152, 154, 155, 157, 167

Proto-paziente 51–53, 65, 66, 68, 71, 72, 74, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 83, 84, 92, 96, 100, 102, 104, 111, 112, 113, 124, 125, 126, 128, 134, 135, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 157, 167

relazioni tematiche 47, 48

theta-grids 47

theta-ruoli 47



- schemi d'immagine 9, 15–24, 27, 31, 32, 38, 43, 44, 45, 70, 71
- CONTENITORE 18, 19, 20, 31, 32, 38, 39, 40, 44, 68, 70, 71, 73, 74, 75, 76, 86, 93, 96, 97, 98, 99, 100, 102, 116, 126, 127, 128, 129, 130, 138, 145, 146, 147, 148, 149, 151, 152, 155, 164, 167, 168, 170, 172, 174, 175, 176
- ORIGINE — PERCORSO — META 17, 18, 19, 20, 21, 24, 39, 44, 45, 70, 71, 75, 93, 95, 96, 123, 124, 126, 127, 145, 147, 149, 155
- DAVANTI — DIETRO 18, 21, 31, 44, 70, 123, 145
- PARTE — TUTTO 18, 22, 38, 39, 44
- LEGAME 17, 18, 23, 38, 39, 44, 45
- CENTRO — PERIFERIA 17, 18, 23, 31, 38, 40
- SU — GIÙ 18, 23, 31, 38, 39, 44, 70, 123, 145, 149, 152, 154
- scienze cognitive 13, 14, 15, 182
- script 16, 44, 179, 183
- spazio 17, 18, 20, 21, 71, 73, 74, 75, 76, 83, 93, 94, 96, 97, 98, 99, 100, 111, 116, 123, 126, 127, 129, 132, 145, 146, 147, 167, 172
- spazio delimitato 20, 96, 131
- spazio non delimitato 71, 75, 86, 127, 131, 138, 146, 164, 174, 175, 176
- relazioni spaziali 16, 18, 19, 21, 22, 24
- teoria della fusione (*theory of conflation*) 27, 28
- teoria della fusione concettuale (*conceptual blending*) 27, 29
- valutazione 41, 42, 98
- valutazione negativa 66, 80, 82, 83, 114, 133, 150, 151, 154, 178
- valutazione positiva 58, 59, 72, 81, 83, 88, 93, 98, 114, 123, 133, 156, 178

# Indice delle metafore e dei concetti

*apatia* 64  
*aspirazione* 36, 88, 93, 111

*concetti astratti* 9, 15, 19, 24, 25, 26, 32, 35, 44, 68

*delirio* 89, 90  
*desiderio* 88, 93, 111, 112

*illusione* 88  
*immaginazione* 16, 88, 110  
*incubo* 97, 114, 178  
*ipnosi* 9, 10, 59, 60, 141–164, 165, 172–174, 175, 176, 177, 178, 185, 187  
*ipnotismo* 141

*letargo* 64

*meditazione* 9, 10, 59, 60, 90, 117, 119–139, 142, 144, 160, 161, 165, 170–172, 174, 175, 176, 177, 178, 181, 187  
    *meditazione ricettiva* 120  
    *meditazione riflessiva* 120  
    *stato meditativo* 121, 122, 123, 124, 126, 127, 128, 130, 131, 134  
    *tecniche meditative* 121, 122, 124, 172

*morte* 9, 33, 34, 64, 65, 66, 67, 78, 80, 86, 109, 111, 134, 136, 165, 168, 177, 178  
*movimento, moto* 14, 16, 17, 18, 20, 21, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 33, 51, 52, 61, 62, 65, 70, 71, 72, 73, 74, 76, 77, 83, 84, 86, 91, 93, 95, 96, 100, 123, 128, 129, 130, 135, 145, 148, 149, 150, 152, 153, 154, 156, 167, 178

*realtà* 11, 13, 14, 15, 35, 43, 58, 88, 93, 94, 97, 98, 99, 100, 113, 115, 117, 119, 132, 141, 156, 163, 187

*rilassamento* 122, 143, 144, 155

*sentimenti* 10, 31, 44, 45, 98, 111, 128, 154

*amore* 26, 30, 45, 46, 137  
    *emozioni* 16, 30, 45, 52, 59, 65, 75, 87, 95, 128, 161  
    *sentimenti-affetti* 45

*sentimenti-approcci emozionali* 45  
*sogno* 9, 10, 59, 60, 74, 75, 82, 86, 87–117, 122, 130, 131, 138, 139, 156, 160, 165, 168–170, 172, 174, 175, 176, 177, 178, 187  
    *sogno delirante* 89, 90

*sonno* 9, 10, 60, 61–86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 96, 99, 100, 101, 110, 113, 114, 116, 117, 122, 138, 139, 141, 142, 143, 144, 163, 164, 165–168, 172, 174, 175, 176, 177, 178, 185

*sonno REM / sonno paradosso* 62, 63, 71, 84, 90, 91, 92, 98, 116

*spazio* 17, 18, 20, 21, 71, 73, 74, 75, 76, 83, 93, 94, 96, 97, 98, 99, 100, 111, 116, 123, 126, 127, 129, 132, 145, 146, 147, 167, 172  
*stato ipnagogico* 122

*torpore* 64

*trance* 59, 89, 144, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 155, 159, 160, 162, 164, 174, 177  
*tripanosomiasi* 64

*veglia* 9, 47, 57, 59, 60, 62, 71, 75, 77, 88, 89, 91, 96, 99, 101, 113, 115, 122, 126,

127, 128, 130, 143, 144, 145, 148, 150, 151,  
165, 170, 174, 178

ARITMETICA È UNA COLLEZIONE  
DI OGGETTI 24

BENE È SU 23, 150

COMPRENDERE È AFFERRARE  
(*UNDERSTANDING IS GRASPING*) 29

CONOSCERE È VEDERE (*KNOW-  
ING IS SEEING*) 28

COSCIENTE È SU 23, 31

FELICE È SU (*HAPPY IS UP*) 28, 31

GLI SCOPI DELLA VITA SONO DE-  
STINAZIONI 30

GLI SCOPI SONO OGGETTI DESI-  
DERATI (*PURPOSES ARE DESIRED  
OBJECTS*) 28

GLI SCOPI SONO DESTINAZIONI  
(*PURPOSES ARE DESTINATIONS*)  
28, 77

GLI STATI SONO LUOGHI (*STATES  
ARE LOCATIONS*) 28, 165, 175

IL CAMBIAMENTO È MOVIMENTO  
(*CHANGE IS MOTION*) 28

IL CATTIVO È MALEODORANTE  
(*BAD IS STINKY*) 28

IL CONTROLLO È SU (*CONTROL  
IS UP*) 28

IL PIANO PER LA VITA È UN ITI-  
NERARIO 30

IL TEMPO È DENARO 26, 31

IL TEMPO È MOVIMENTO (*TIME IS  
MOTION*) 28

IL TEMPO È UN OGGETTO IN  
MOTO 26

IMPORTANTE È GRANDE (*IMPOR-  
TANT IS BIG*) 28

INCOSCIENTE È GIÙ 23, 31

L'AIUTO È SOSTEGNO (*HELP IS  
SUPPORT*) 28

L'AMORE È UN VIAGGIO 30, 46

L'INTIMITÀ È VICINANZA (*INTI-  
MACY IS CLOSENESS*) 28

L'ORGANIZZAZIONE È UNA  
STRUTTURA FISICA (*ORGANIZA-  
TION IS PHYSICAL STRUCTURE*)  
28

LA DISCUSSIONE È GUERRA 31

LA PERSONA CHE LA VIVE È UN  
VIAGGIATORE 30

LA SOMIGLIANZA È VICINANZA  
(*SIMILARITY IS CLOSENESS*) 28

LA VITA INTENZIONALE È UN  
VIAGGIO 27, 30

L'AFFETTO È CALORE (*AFFECTION  
IS WARMTH*) 28

L'AMORE È GUERRA 46

LE DIFFICOLTÀ SONO PESI (*DIF-  
FICULTIES ARE BURDENS*) 28

LE AZIONI SONO MOVIMENTI  
AUTOPROPULSI (*ACTIONS ARE  
SELF-PROPELLED MOTIONS*) 28

LE CATEGORIE SONO CONTE-  
NITORI (*CATEGORIES ARE CON-  
TAINERS*) 28

LE CAUSE SONO FORZE FISICHE  
(*CAUSES ARE PHYSICAL FORCES*)  
28

LE RELAZIONI SONO RECINTI  
(*RELATIONS ARE ENCLOSURES*)  
28

LE SCALE LINEARI SONO SENTIERI  
(*LINEAR SCALES ARE PATHS*) 28

MALE È GIÙ 23, 150

MENO È GIÙ 23

PIÙ È SU (*MORE IS UP*) 23, 28

TEORIA SCIENTIFICA È RELIGIONE  
162, 174

VEDERE È TOCCARE (*SEEING IS  
TOUCHING*) 29

## L'IPNOSI COME

AEREO 156, 163, 173, 174

ARMA

ARTE 162, 163, 164, 173, 174, 175  
 AVVERSARIO 153—154, 164, 173,  
 174, 176, 177

BASE DI COMUNICAZIONE  
 159, 163, 173, 174, 175

CAPACITÀ DI COMUNICARE  
 159, 163, 164, 173, 174

COMUNICAZIONE 159—160,  
 163, 173, 174, 177

CONTENITORE 146, 147, 148,  
 151, 152, 164, 173, 174, 175, 176

CURA / RIMEDIO 158, 163, 172,  
 173

DESTINAZIONE / FINALITÀ /  
 META 145, 146, 164, 173, 174, 175

DISCIPLINA 161, 163, 173, 175,  
 176

DISCIPLINA PRATICA 162, 164,  
 173, 174, 176

DISCIPLINA SCIENTIFICA 161,  
 163, 173, 174, 176

ESSERE VIVENTE 160, 173, 174

FIUME 155, 164, 173, 174, 176, 177

FORZA 153, 163, 176

FORZA DOMINANTE 153, 163,  
 173, 174, 176

FORZA NEMICA 153, 154, 163,  
 173, 174, 176, 177

LIQUIDO 154, 155, 164, 173, 174,  
 175

LUOGO 145, 146, 164, 173, 175,  
 176

LUOGO NON DELIMITATO  
 146, 164, 173, 174, 175, 176

LUOGO OPPRIMENTE 148, 149,  
 164, 173, 174

MACCHINA 157, 158, 163, 172,  
 173, 176, 177

MEZZO 155, 156, 163, 164, 172,  
 173, 174, 177

MEZZO DI COMUNICAZIONE  
 158, 159, 163, 173, 174, 176

MEZZO DI GUARIGIONE 157,  
 163, 172, 173, 176

MEZZO DI STUDIO 157, 158,  
 163, 173, 176

MEZZO DI TRASPORTO 155,  
 158, 163, 173, 174, 175

MODO DI COMUNICARE 159,  
 163, 173, 174

OGGETTO DI STUDIO 161,  
 163, 173, 174

ORGANISMO VIVO 164, 173,  
 176

PERSONA 160, 161, 164, 173, 174,  
 175, 176, 177

PRATICA RELIGIOSA 162, 164,  
 173, 174

PUNTO DI PARTENZA 145,  
 146, 173

SONNO 142, 143, 164, 173, 174,  
 177

STRUMENTO / INSIEME DI  
 STRUMENTI 155, 156, 157, 163,  
 172, 173, 176

TEORIA SCIENTIFICA 161,  
 163, 173, 174

TERAPIA 158, 163, 172, 173

TRANCE 144, 151, 164, 173, 174,  
 177

TRENO 156, 163, 173, 174

VIA / PERCORSO / STRADA  
 146, 164, 173, 174, 176

VIAGGIO 146, 164, 173, 174, 176

## LA MEDITAZIONE COME

ATTO DI APERTURA 130, 139,  
 171, 172, 177

BAULE 129, 138, 171, 172, 177

CONTENITORE 126—130, 138,  
 171, 172, 175, 176

CURA / RIMEDIO 133, 138, 171, 172

DESTINAZIONE / FINALITÀ / META 124, 126, 127, 128, 138, 171, 172, 175, 176

DISCIPLINA SPORTIVA 134, 135, 139, 171, 172, 175

EDIFICIO 129, 171, 172, 177

FARMACO / MEDICINA 134, 138, 171, 172

FIUME 130, 131, 139, 171, 172, 175, 176, 177

FONTE 130, 131, 139, 171, 172, 175, 176, 177

LIQUIDO 130, 138, 171, 172, 175, 176

LUOGO / SPAZIO 126, 127, 138, 171, 175, 176

LUOGO NON DELIMITATO 126, 127, 138, 171, 175, 176

MACCHINA 132, 133, 138, 171, 172, 176, 177

MEZZO 125, 131, 132, 138, 171, 172, 174, 176, 177

MEZZO DI COMUNICAZIONE 132, 138, 171, 172, 176

MEZZO DI GUARIGIONE 133, 138, 171, 172, 176

MEZZO DI TRASPORTO 125, 126, 132, 138, 171, 172, 175, 176

MEZZO PER FARE ORDINE 132, 138, 171, 172, 176

OCEANO 130, 139, 171, 172, 175, 176

ORGANISMO VIVO 135, 139, 171, 172, 176

PERSONA 135, 136, 139, 171, 172, 175, 176

PIANTA 135, 136, 137, 139, 171, 172, 175, 176

POZZO 129, 138, 171, 172

PUNTO DI PARTENZA 126, 127, 128, 138, 171, 172, 175, 176

PUNTO NELLO SPAZIO 126, 171, 172

SONNO 122, 138, 139, 177

STRUMENTO 131, 132, 133, 138, 171, 172, 174, 176

SUPERFICIE CALMA DEL LAGO O DEL MARE 131, 139, 171, 172, 175, 176

TERAPIA 134, 138, 171, 172

TUNNEL 129, 138, 171, 172

TERRITORIO 126, 171, 172

VIA / PERCORSO 123, 126, 138, 171, 172, 175, 176

VIAGGIO 124, 125, 138, 171, 172, 174, 175, 176

## IL SOGNO COME

ATTO COMUNICATIVO 102, 103, 104, 116, 168, 169, 177

ATTO DI PRODUZIONE 92, 169, 177

AVVERSARIO 111, 114, 169, 170, 176, 177

CASA / STANZA 96, 97, 116, 168, 169

CIBO 93, 117, 169, 170, 177

CODICE 103, 109, 116, 168, 169

COFANO 96, 116, 168, 169

COMUNICAZIONE 102–109, 116, 168, 169, 174, 177

CONTENITORE 96, 97, 98, 100, 102, 116, 168, 169, 175, 176

CORPO 11, 117, 169, 170

COSA CONCRETA / OGGETTO 91–93, 117, 169, 170, 176

COSA DESIDERATA / OGGETTO PREZIOSO 92, 93, 117, 169, 170, 176, 177

DENARO 93, 117, 169, 170, 177

DISCIPLINA SCIENTIFICA /  
OGGETTO DI STUDIO 113,  
117, 169, 170, 175, 176

EMITTENTE 109, 116, 168, 169,  
170

FILM 104—106, 107, 116, 168, 169  
FINESTRA 93, 96, 117, 169, 170

FIUME 101, 117, 169, 170, 175, 176  
FONTE 101, 117, 169, 170, 175,  
176

FRUTTO 112, 117, 169, 170

GABBIA 98, 116, 168, 169

LETTERA 104, 168, 169

LIBRO 104, 108, 116, 168, 169

LIQUIDO 100, 101, 117, 169,  
170, 175, 176

LUOGO / SPAZIO 96, 99, 111,  
116, 169, 175, 176

LUOGO OPPRIMENTE 98, 114,  
116, 168, 169

MESSAGGIO 103, 104, 109, 116,  
169

MEZZO 93, 94, 169

MEZZO DI COMUNICAZIONE  
/ CANALE 103, 109, 116, 168,  
169, 176

MEZZO DI TRASPORTO 94,  
95, 96, 103, 117, 168, 169, 170, 176

MONDO, UNIVERSO 96, 99,  
100, 116, 169, 170

OCCHIO 111, 117, 169, 170

OGGETTO PRODOTTO 91, 92,  
100, 117, 169, 170

ORGANISMO VIVO 111, 116,  
169, 170, 176

PASSAGGIO 93, 94, 117, 175

PERSONA 109—111, 116, 168,  
169, 170, 176

PERSONA DIVINA (MORFEO)  
110, 117, 169, 170, 175

PERSONA NEMICA 111, 116,  
169, 170, 177

PERSONA SOCIALE 109, 110,  
169

PIANTA 112, 117, 169, 170, 175,  
176

PORTA 93, 96, 117, 169, 170, 175

PRIGIONE 98, 168, 169

QUADRO 104, 107, 116, 168, 169

SONNO 90, 91, 116, 168, 169, 177

SPECCHIO DELLA REALTÀ 115,  
117, 169, 170

SPETTACOLO 104, 106—107,  
116, 168, 169

TELEGRAMMA 104, 168, 169

TERRITORIO 96, 98, 99, 115, 116,  
168, 169, 170

TERRITORIO / ZONA DI CON-  
FINE 99, 116, 169, 170

VENTRE 111, 117, 169, 170

VIA / PERCORSO 94, 95, 96, 117,  
169, 170, 175, 176

VIAGGIO 95, 96, 117, 169, 170,  
176

## IL SONNO COME

ATTO DI SPEGNERE LA COR-  
RENTE 84, 85, 86, 166, 168

AVVERSARIO 81, 83, 86, 166,  
167, 176

BENE 79, 80, 86, 166, 167

CAPACITÀ DA APPRENDERE  
83—84, 86, 166, 168

CIBO 78, 86, 166, 167

CONTENITORE 71, 73, 74,  
75, 76, 77, 86, 166, 167, 174

COSA CONCRETA 68—70, 85,  
166, 167, 174

COSA DESIDERATA 77—81, 85,  
166, 167

DENARO 79, 86, 166, 167

DESTINAZIONE / FINALITÀ /  
META 71, 72, 75, 76, 77, 86, 166,  
167, 168

DISCIPLINA 83–84, 86, 166, 168

EDIFICIO 70, 86, 166, 167

FABBRICA 73, 74, 86, 166, 167

FORZA 81, 82, 86, 166, 167

LIQUIDO 84, 85, 166, 167

LUOGO IGNOTO 75, 76, 166,  
167

LUOGO NON DELIMITATO  
71, 74, 75, 76, 86, 166, 167

MACCHINA 69, 70, 166, 168

MEDICINA 78, 79, 86, 166, 167,  
168

MEZZO 69, 79, 166, 168

MORTE 65–67, 86, 165, 166

OGGETTO 68, 85, 166, 167

OGGETTO DI STUDIO 83–84,  
86, 166, 168

PALAZZO 70, 166

PERSONA 81–83, 86, 166, 167

PERSONA BENEVOLA 83, 86,  
166, 167

PERSONA DIVINA (HYPNOS)  
65, 86, 166, 167

PERSONA IN MOTO 76, 77,  
83, 86, 166, 167

PERSONA NEMICA 81, 82, 83, 86

PUNTO DI PARTENZA 73, 74,  
75, 76, 77, 86, 166, 167, 168

RIFUGIO 75, 86, 166, 167

SOSTANZA 68, 85, 166, 167

TANA 75, 86, 166, 167

TERRITORIO 73, 86, 166, 167

VIAGGIO 76, 86, 166, 167

Anna Kuncy-Zajac

## Konceptualizacja wybranych odmiennych stanów świadomości w języku włoskim

Analiza lingwistyczno-kognitywna

### Streszczenie

Tematem monografii są konceptualizacje wybranych odmiennych stanów świadomości: *snu*, *marzenia sennego*, *medytacji* i *hipnozy*, we współczesnym języku włoskim.

Przeprowadzone badania zostały oparte przede wszystkim na teoriach kognitywistów, uznających ucieleśniony charakter myśli; co ma odbicie w treści pierwszej części pracy, której zasadniczą partię stanowi opis takich zagadnień, jak rozwój pojęcia i rola schematów wyobrażeniowych, kognitywna teoria metafory George'a Lakoffa i Marka Johnsona (1980, 1999), wzbogacona uzupełnieniem krytycznym Christy Baldauf (1997) i Olafa Jäkela (2003), oraz klasyfikacja wyidealizowanych modeli kognitywnych Lakoffa (1987). Niemniej w uznaniu roli pionierów kognitywistyki w rozdziale 1. tej części dokonano porównania wizji umysłu w teoriach kognitywistów pierwszej i drugiej generacji.

Ze względu na bliskość tematyki oraz wybranych narzędzi analizy jako przykłady aplikacji omówionych wcześniej modeli konceptualnych przytoczone zostały prace Iwony Nowakowskiej-Kempnej dotyczące konceptualizacji uczuć (1986, 1995, 2000) oraz studium Bogusława Bierwiazonka na temat konceptu *miłości* (2002).

Część teoretyczną pracy zamyka omówienie problemów związanych z różnorodnością terminów, podejść i kryteriów klasyfikacji ról tematycznych oraz wybór teorii proto-ról tematycznych Dawida Dowty'ego (1991) jako narzędzia pomocniczego w badaniu czasowników wyrażających zmianę stanu świadomości.

Przedstawiony w części drugiej szczegółowy opis konceptualizacji wybranych stanów poprzedzają rozważania dotyczące definicji odmiennych stanów świadomości oraz wyboru najtrafniej opisującego je terminu spośród wielu alternatywnych wersji obecnych w języku włoskim. Ze względu na językoznawczy charakter pracy podstawą decyzji w obu wspomnianych kwestiach były informacje zawarte w słownikach, natomiast w mniejszym stopniu specjalistyczne definicje z dziedziny psychologii i psychiatrii.

W celu zaprezentowania jak najszerszego spektrum konceptualizacji wybranych odmiennych stanów świadomości badaniom poddano korpus różnorodny, obejmujący 430 tekstów, z których jedną trzecią stanowią wypowiedzi i komentarze zamieszczone na blogach i forach internetowych. Dużą grupę tworzą artykuły o charakterze specjalistycznym i popularnonaukowym, dotyczące zdrowia oraz funkcjonowania ludzkiego mózgu i umysłu. Pozostałe przykłady ukazują



odmienne stany świadomości z perspektywy różnych filozofii, religii, wierzeń ludowych czy literatury.

Przedstawiony opis odzwierciedla współczesne konceptualizacje, ponieważ poddany analizie materiał składa się przede wszystkim z tekstów opublikowanych w Internecie w ciągu ostatnich piętnastu lat, w mniejszym zaś stopniu z pozycji, które ukazały się elektronicznie lub drukiem w latach osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych XX wieku.

Każda z analiz zawiera porównanie definicji słownikowych danego stanu, jak również opis jego typowych cech, po czym ukazane zostają jego związki z innymi stanami świadomości, a następnie modele metaforyczne badanego konceptu, usystematyzowane w zależności od stopnia złożoności metaforycznego rzutowania, a także ze względu na korelacje między konceptualizacjami. Analizę uzupełnia wskazanie prototypowych ról tematycznych w sytuacjach trwania lub zmiany stanu świadomości, dzięki czemu możemy zaobserwować, czy osoba doświadczająca odmiennego stanu świadomości kontroluje daną sytuację, podlega jej świadomie i dobrowolnie, czy też nie ma na nią wpływu. Każdą analizę kończy podsumowanie wyników badań w formie zhierarchizowanej listy wyodrębnionych konceptualizacji, wskazującej powszechność występowania danej metafory.

W pierwszej partii rozdziału podsumowującego pracę zostają omówione wszystkie modele analizowanych stanów świadomości przedstawione w formie schematów, obrazujących relacje między poszczególnymi konceptualizacjami danego stanu. Wnioski końcowe, ukazujące zestawienie wyodrębnionych konceptualizacji, zostały zawarte w tabeli przedstawiającej podobieństwa i różnice w wizjach badanych stanów świadomości oraz stopień złożoności struktury domeny źródłowej rzutowanej na każdy z nich.

Przedstawiona w pracy analiza, na podstawie której ukazano i porównano konceptualizacje *snu*, *marzenia sennego*, *medytacji* i *hipnozy*, otwiera drogę do dalszych badań porównawczych odmiennych stanów świadomości, skłania także do przemyślenia roli relacji między *snem* a *śmiercią* w perspektywie tezy o jednokierunkowości metafory.

Anna Kuncy-Zajac

## Conceptualization of Selected Altered States of Consciousness in the Italian Language

Linguistic and Cognitive Analysis

### Summary

The subject of the monograph is the conceptualization of selected altered states of consciousness (e.g. *sleep*, *dream*, *meditation* and *hypnosis*) in the Italian language.

Research done, and thus presented in the monograph is based predominantly on cognitive theories that recognize the embodied character of thought, which is reflected in the first part of the book as it depicts such issues as a development of the concept and a role of image schemas, cognitive theory of the metaphor by George Lakoff and Marc Johnson (1980, 1999), enhanced by its critical revision by Christa Baldauf (1997) and Olaf Jäkel (2003), as well as Lakoff's classification of idealized cognitive models. Nevertheless, to acknowledge the role of the pioneers of cognitive studies, its first chapter compares the idea of the mind in cognitive theories by both the first and the second generation of cognitive scientists.

The chapter 2.4., due to the related subject area and chosen analytical methods, presents the works by Iwona Nowakowska-Kempna on the conceptualization of *feelings* and *emotions* (1986, 1995, 2000) and a study by Bogusław Bierwiazzonek on the concept of *love* (2002) as the examples of the analysis in which the formerly described conceptual models were applied.

A theoretical part of the monograph ends with a sketch of issues concerning the multifariousness of terms, approaches and criteria of classification of thematic roles, concluded with a choice of the thematic proto-roles theory by David Dowty (1991) as an auxiliary tool in the analysis of verbs that express the change of a state of consciousness.

A thorough description of the conceptualization of selected states, presented in part two, is preceded with consideration of the definitions of altered states of consciousness, as well as a selection of a term, among many of such in Italian, that would render them in most accurate way. Owing to the linguistic character of the book, dictionary definitions were of greater importance than specialist ones from the fields of psychology or psychiatry.

To provide the reader with amplitude of conceptualization of the selected altered states of consciousness, the research was based on a divergent corpus of 430 texts, one-third of which are statements and comments placed on blogs as well as in the Internet fora. Specialist and popular science articles concerning health issues, and the human brain and mind functioning are numerous in the

book. Other examples aim to illustrate altered states of consciousness from the perspectives of philosophy, religion, folklore, or literature.

The rendering presented in the book reflects contemporary conceptualizations, for the analyzed material consists of texts published on the Internet in the last fifteen years in the main; to a lesser extent it includes print or electronic publications from the 1980s and 1990s.

Each analysis juxtaposes a dictionary definition of a state, its characteristics, its links with other states of consciousness, as well as metaphorical models of a given state that are classified according to a degree of complexity of metaphorical projection, and mutual correlations between conceptualizations. The analysis is enriched with a delineation of the thematic proto-roles under the conditions of persistence or a change of a particular state of consciousness. Owing to this fact, it is possible to determine whether a person going through such experience is able to control it, is subject to it in a conscious way and with no external force, or has no influence on it. Each analysis ends with a conclusion of the research which is presented in a form of a list of selected conceptualizations, where the frequency of emergence of certain metaphors can be found.

The first part of the concluding chapter discusses all the models of the analyzed states of consciousness as presented in patterns that illustrate relations between particular conceptualizations of a certain state. Conclusions include a juxtaposition of similarities and differences among the conceptualizations of states of consciousness as well as a degree of complexity of the source domain structure projected on each of the analyzed concepts.

The analysis presented in the book on the basis of which the conceptualizations of *sleep*, *dream*, *meditation* and *hypnosis* have been depicted and compared, paves the way for further comparative research. Also, it invokes reflection on the nature of the relationship between the concepts of *sleep* and *death* in the Italian language in the light of the unidirectionality hypothesis of metaphorical mapping.



Więcej o książce



CENA 32 ZŁ  
(+ VAT)

ISSN 0208-6336  
ISBN 978-83-226-2268-1